Под редакцией С. В. Барановой

ЭНЦИКЛОПЕДИЯ
состояний и качеств

А – Я

Москва
2008

Книга выпущена при содействии
Корпорации «Развитие и Совершенствование»

В энциклопедию вошли лучшие статьи, собранные за 15 лет работы Центра «Единение» о различных состояниях и качествах человека. Авторы на собственном опыте исследуют то или иное состояние, находят способы по усилению человеческого и осмыслению негативных эмоций и делятся с читателями своими открытиями.

Книга будет интересна тем, кто нацелен на воспитание себя как Настоящего Человека (Мужчины и Женщины) и созидание здорового человеческого общества.

Содержание

Индра Моргунова

Авторитет

Кто такой авторитет? Авторитет – это значимый ***для тебя другой человек***, но не учитель и не вторая половина. В чём же заключается его значимость для тебя, на чём она базируется? Мнением этого человека ты дорожишь, прислушиваешься, поступаешь так, как он скажет, потому что он знает и чувствует лучше, он ближе к Богу, чем ты, ему «видней».

Но почему откуда-то берётся человек, который лучше тебя знает, что делать тебе, что делать всем остальным? Как создаётся авторитет? Получается, что на него сбрасывается вся ответственность за дела, события, ситуации, т.е. ***создаётся авторитет нежеланием брать на себя ответственность за свою собственную жизнь***, а ведь за неё ты сам несёшь ответственность перед Богом (а не перед авторитетом). Когда же у тебя есть авторитет, то всю ответственность можно свалить на него, т.к. он что-то там посоветовал, он так всегда поступает, у него всегда в такой ситуации всё получается.

Ставя на пьедестал своего кумира, мы одновременно принижаем себя, что неестественно, поскольку каждый человек – частица Божественных Сил.

При создании авторитета ***ему под контроль ты отдаёшь свою волю*** (большую или меньшую её часть). И, стало быть, он (авторитет) становится для тебя более главным и значимым, чем твоя собственная Суть, твоё собственное общение с Божественными силами. Ты начи-

наешь совершать те действия, которые ***он одобрит***, которые ***ему понравятся***, и ощущаешь дискомфорт и чувство вины, если сделаешь что-то не так. Он для тебя поставлен на пьедестал, он самый лучший, он даёт самые мудрые советы. ***А он при этом сидит у тебя на голове и управляет твоими действиями***.

Получается, что при появлении авторитета мы «забываем» о собственной Божественной сути, о своём сердце, которое само может слышать Бога. Мы перестаём прислушиваться к своим чувствам и эмоциям, потому что нашими чувствами и эмоциями становится авторитет.

Можно ли «избавиться» от авторитета, и как это сделать? Освободиться от авторитета можно поняв, ощутив, почувствовав всем сердцем, что ***ты сам имеешь непосредственную связь с Божественными силами***. Ты сам знаешь, чувствуешь, что и как надо делать, и ты ***несёшь ответственность*** за свои поступки, дела и эмоции. Далее нужно вспомнить конкретные ситуации, в которых ты добровольно отдал свою волю под контроль авторитета, понять и осознать причины, по которым ты это сделал. Надо проработать эти причины, чтобы появление новых авторитетов не повторялось. Потом нужно забрать свою энергию из этого авторитета и поблагодарить Божественные Силы за то, что они показали в его лице твои собственные недоработки.

При общении между людьми ***не должно возникать авторитетов, должно быть взаимопонимание, чувствование силы, стоящей за другим человеком, уважение его как силы, а не слепое преклонение***. При таком общении рождается настоящая человеческая дружба.

Александр Савенков

Альтруизм

Что такое ***альтруизм***? В словаре Ожегова сказано, что альтруизм – это готовность бескорыстно действовать на пользу другим, не считаясь со своими личными интересами. ***Альтруизм – противоположность эгоизму***.

Развитие и совершенствование человека невозможно без гармоничного взаимодействия с социумом. Причём, бескорыстная помощь другим людям является обязательным условием этого взаимодействия. Но важно знать, что выполняя какое-либо действие, человек должен ***видеть***: куда люди направляют даруемую им энергию, на какие цели они используют её. Как Абсолют заинтересован в развитии и совершенствовании Мира, так и человек, являющийся лучом Абсолюта, заинтересован в этом. Следовательно, давая свою энергию кому-либо, человек должен знать, что она пойдёт именно ***на созидание*** и никуда больше. Если же эта энергия используется на негуманоидные цели, на разрушение, то будет разрушаться и сам альтруист, получая негуманоидные энергии по выстроенным им же каналам взаимодействия. К чему тогда такой альтруизм, если он несёт только вред всем да и самому альтруисту тоже?

Чаще всего альтруист не видит ситуации в целом. Он с радостью отдаёт свою жизненную силу вампиру или тем, кто попусту растрачивает её. При этом альтруисту кажется, что он творит добро. Потом же он удивляется: «Почему это вот я, такой хороший, столько всем добра сделал, а

мне всё злом оборачивается?» Да потому и оборачивается, что так называемое «добро» – не добро вовсе, а неразумно растраченная энергия...

Итак, человек появился в этом Мире для проведения в него ***Любви***, для его ***очеловечивания***, для развития и совершенствования и, следовательно, у всего человечества цель одна, и идти к ней мы можем только вместе, развивая себя и помогая ближним. И чем больше мы будем ***осознанно действовать*** на благо других людей, тем лучше и гармоничнее будет становится наша жизнь, тем быстрее и эффективнее будет происходить развитие и совершенствование нашего Мира и Реальности.

Алексей Захаров

Активность, пассивность
и переход из одного в другое

Уточнения по понятиям: *данная статья написана с позиции развития и совершенствования человека как Божественного проявления, как частицы Абсолюта в этом мире, поэтому, чтобы не возникало кривотолков и недопонимания, всё нижесказанное должно рассматриваться в контексте понятий «Концепции развития и совершенствования Человека».*

Наверное, каждый ученик лелеет мечту – а по-другому и не может быть – стать ***активным Творцом и Созидателем*** в этом мире. Так должно быть и так будет. Пусть же мои размышления укрепят стремление тех, кто действительно жаждет идти по Пути Жизни. Но и не менее сильно разочаруют тех (некоторым это, возможно, поможет), кто, напитавшись собственными иллюзиями, воспев себя, великого и могучего, на самом деле сидит в тёплом болоте тихой семейной жизни, стабильного социального положения, послушных детей и внуков и, вынося мусорное ведро, искренне считает себя ***великим ассенизатором Земли Русской***.

В глобальном смысле ***пассивность*** можно определить как состояние системы, при котором происходит ***увеличение энтропии***: приток энергии в систему меньше, чем отток. Применительно к человеку это означает, что человек не проводит энергии Любви в мир. Он закрыт от мира и, как любая замкнутая система, медленно, но верно идёт к своему распаду, ***смерти***. Потеря энергии происходит

потому, что абсолютно ***обособленную систему создать нельзя***. Всегда существуют некоторые потери, например, на теплообмен (см. законы термодинамики). Рано или поздно такой человек становится строительным материалом, и это справедливо. Внимание у таких людей сконцентрировано внутри личностной оболочки. Человек в таком варианте является марионеткой в ловких и подвижных руках личности. У него отсутствует цель жизни. Живущие в нём негуманоидные энергии в виде личностных качеств поочерёдно захватывают внимание для достижения того или иного желания и не более. Интегральная составляющая всех этих желаний и стремлений направлена на одно: собственное выживание, поиск дармовой энергии, поиск тех, кто слабее тебя для того, чтобы стянуть, своровать…

К счастью, количество энергии, которую можно своровать, не бесконечно, а энтропия возрастает. Поэтому рано или поздно тебя либо сожрёт более сильный, либо закончится энергия для подпитки, а это смерть. В подобном пассивном состоянии интерес к жизни и окружающим людям пропадает, а окружающий мир служит только личностному благополучию. Человек живёт ***иллюзиями***, наведёнными ***личностной матрицей***, и кроме поддержания этого удобного для него описания мира, ему ничего не надо. Такие люди отделены от реальности, и им нельзя объяснить, что, потребляя, они убивают себя.

Резюмируя, можно сказать: ***личности хотят жить вечно, за счёт обкрадывания окружающего мира***. Но как показывает опыт, идея личного спасения не служит усилению мира. Она разрушает и убивает его.

Активность – нормальное состояние развивающегося человека. Человек представляет открытую, взаимосвязанную с окружающим миром систему. Реализуя заложенное в нём ***Божественное предназначение***, он служит усилению жизни на планете, проводит в мир энергии Любви, строит и созидает реальность и, следовательно, всей своей Сутью, каждой клеточкой тела он связан с миром. Являясь проводником ***Закона Гармонии и Порядка***, человек напитывает энергией Любви всё окружающее пространство, все системы и структуры, усиливая тем самым жизнь, увеличивая порядок и уменьшая энтропию. Это, по сути, и является главным критерием активности. У человека, вставшего на путь активного совершенствования, появляется главное, что позволяет ему, несмотря ни на что, идти вперёд – это ***цель и несгибаемая устремлённость***, желание служить силам Любви, созидать этот Мир, Реальность.

Переход из Пассивного состояния в Активное.

Определяющим в данном процессе является ***истовое желание и стремление*** совершить этот переход. Процесс перехода – это перевод внимания из Личности в Сущность и устойчивое закрепление его там. Для того чтобы процесс вообще сдвинулся, необходимо сначала честно спросить себя: «А нужно ли мне всё это»? И если ответ всё-таки после долгих и продолжительных раздумий положительный, то можно переходить к практической части:

- в качестве первого шага начать ***проявлять интерес и внимание*** к окружающему Миру, направляя тем самым внимание вовне;

- ***выполнять задания***, которые даёт Учитель;

- ***настраиваться*** на Божественные Силы, прося оказать помощь и содействие в индивидуальной работе по развитию и совершенствованию;

- ***вести работу по трансформации Личности***, чтобы за счёт притока энергии, внимание устойчиво закрепить в Сущности;

- ***активно*** входить в любую ситуацию и решать её гармоничным образом, закрепляя энергетическую работу;

- ***развивать интеллектуальную сферу***, размышляя на вечные темы Бытия.

Успехов в работе!

Дмитрий Гудаковский

Аморальность

В русском языке слово «мораль» имеет двоякое значение:

мораль – нравственные нормы поведения, отношений с людьми, а также – сама нравственность;

мораль – нравоучение, наставление.

Понимая и воспринимая ***мораль как нравоучение***, исходящее от негармонично устроенного общества, безнравственных родителей и т.п., многие автоматически стремятся вести себя «аморально», вступить в противостояние с «моралью общества», общественными нормами нравственности, которые зачастую нравственностью и не назовёшь. Но если разобраться повнимательнее с определением «нравственности», то находится опять-таки двоякое значение:

• ***нравственность*** как внутренние духовные качества, присущие человеку, которыми он руководствуется в своих поступках, его этические нормы и правила поведения, определяемые этими качествами;

• ***нравственность*** от слова «нрав» (то, что «по нраву») – обычай, уклад общественной жизни.

Обычаи и уклады современной общественной жизни могут быть разными, к примеру: обычай употреблять алкоголь в больших количествах на каком-нибудь религиозном празднике, ссылаясь на всё тот же обычай; или же обычай, ярко выраженный у мусульман: убивать жертвенное животное, руководствуясь «обычаем предков».

Нравственно ли всё это?

И всё же ***истинное*** значение морали созвучно с понятиями нравственности и ***человеческой этики***.

Моральные принципы человека – это принципы ***созидания***, по своей природе естественные для него: это уважение Жизни, естественное стремление к гармонии и красоте.

Психическое и физическое здоровье человека – это отражение его качеств и моральных принципов, которые в нём существуют и которыми он руководствуется в своей жизни.

Что же тогда ***аморальность***?

Нарушение закона ведёт к катаклизмам и катастрофам глобальных масштабов, будь то Закон Жизни Человека или Закон Жизни Вселенной.

Всё то, что мы наблюдали в последнее время и продолжаем ***пока ещё*** наблюдать: распад Земли, беспредельные войны и эпидемии ужасных болезней – это прямое следствие взаимодействия человеческих существ и окружающего Мира.

Следует сделать вывод, что психическое и физическое здоровье человека ***влияет*** на жизнь и здоровье Вселенной. Выкуренная сигарета или выпитая рюмка – это целенаправленное разрушение здоровья планеты, а мат, который у многих «в крови» – не что иное, как энергетический мусор в психосфере человека и, следовательно, всего мира. И этот мусор – не «детские шалости», а ***слова*** – структурирующее начало, имеющее разрушительную силу, которая нарушает работу мозга человека, его связь с

Космосом, разрушает зубы и сжимает сердце, и в результате не даёт возможности светиться настоящими человеческими эмоциями.

Аморальность – одно из имен Эго. И необходимо осознавать, что вирус, который остаётся без контроля со стороны человека, начинает хозяйничать во всём и везде, а это равносильно ***разрушению*** с летальным исходом.

Андрей Куршев

Аристократизм

Аристократия всегда считалась высшей кастой, элитой в общественном государственном устройстве. Почему?

Попробуем дать ей определение и вспомнить её плюсы.

Аристократ всегда ассоциировался с человеком, обладающим большим благосостоянием и стоящим на верхней ступени социальной лестницы. Его ответственность не ограничивалась только собой, своей семьёй или имением, а распространялась на всё государственное устройство: политику (как внутреннюю, так и внешнюю), экономику, образование, науку, культуру и другие важные области деятельности. Кроме того, такой человек образован, воспитан, обладает хорошими манерами и благородством, является примером для подражания. И последние штрихи к портрету: ***аристократ – всегда патриот, горячо любящий свою Землю, свою Родину, стремящийся к сохранению национальной культуры и национального самосознания, увеличению благосостояния народа и желающий ему мира и процветания***. Другими словами, это человек, уровень ответственности которого соответствует высокому Божественному Рангу.

Будем считать, что описание, представленное выше, говорит о приближении к идеалу, к высшему проявлению аристократизма в человеческой организации.

А есть ли аристократы сейчас?

Рассмотрим человека, обладающего «высшим» образованием, хорошими манерами и занимающего при этом высокий пост в социальной иерархии. Достаточно ли этого, чтобы назвать такого человека аристократом? Оказывается, нет! К примеру, на что направлена его социальная деятельность? Если на достижение личного благополучия и сохранение своих социальных привилегий, то это всего лишь хорошо замаскированное «быдло», в кастовой иерархии определяемое как «шудра».

Если же человек стремится сделать всё от него возможное для увеличения созидательного начала в той области, которая соответствует его Божественному рангу, вот тогда о таком человеке можно сказать: «Он – аристократ!»

Другими словами, ***аристократизм и есть соответствие Божественному рангу человеческого существа***. А сами аристократы – проводники законов Божественных Сил, вышедшие на уровень понимания и исполнения своего Божественного предназначения, что и позволяет им быть высшей кастой, элитой общественного государственного устройства.

Что же нужно делать для наработки аристократизма в своём собственном существе?

Для начала необходимо помнить, что ***истинный аристократ несёт ответственность не только за собственные жизнь и судьбу, но и за жизнь и судьбу своего народа, своей Родины***. А по большому счёту, за всё человечество. Для аристократа не существует своих собственных, корыстных интересов. Вся его деятельность направлена вовне, на увеличение гармонии в окружающем мире.

Марфа Аниськина

Аристократизм

Значение этого слова происходит от греческого «аристократио», обозначающее ***принадлежность к высшей касте***, высшему обществу, высшему происхождению.

Аристократизм присущ мужчинам, аристократичность – женщинам.

В отличие от ***ханжества, барства***, создающих ***видимость благородства***, аристократизм не предполагает делания вида. Это качество очень естественно, органично. Человек ни за кого себя не выдаёт, он естественен. Для того чтобы стать аристократом, не надо изо всех сил напрягаться. Надо просто быть самим собой. Но в этом-то и заключается основная сложность.

Настоящий аристократ очень чётко осознаёт свою принадлежность к Божественному, свои обязанности, свою ответственность.

Всем своим существом аристократы связаны с Божественным, поэтому в себе они соединяют две грани: ничем не отличаются от окружающих и одновременно отличаются всем… Они не могут не тянуться к самому-самому: самому красивому, изысканному, возвышенному, изящному и т.д. Это заложено в их природе. Всё, к чему они прикасаются и с чем имеют дело, тоже несёт отпечаток возвышенного, того, что словами описать очень трудно, но ощущается безошибочно. Любая работа рядом с ними превращается в удовольствие.

Дети аристократов могут быть только аристократами, других вариантов быть не может. Если это не так, если в них преобладают другие качества, значит, родители – не аристократы. Они могут быть кем угодно, но не аристократами.

Если аристократ видит дисгармоничную ситуацию, то делает всё, чтобы она стала гармоничной.

Аристократизм – это внутреннее состояние. Оно не зависит ни от кого и ни от чего, а зависит только от самого человека.

Аристократизм – это Жизнь в максимально полном её проявлении. Понятие «суета» исчезает и заменяется ***спокойствием, уверенностью***, доверием к Богу, благодарностью Жизни и любовью.

Аристократы стараются всё лучшее, что накоплено родом, бережно и без искажений передать детям и добавить своё, индивидуальное, чтобы усилить и укрепить род.

Аристократы имеют достаточно широкий интеллект, чтобы понимать, что они – это только часть Мира, а не весь Мир. Поэтому самолюбование и балдёж для аристократа – совсем не характерные занятия.

Знаменитое ***аристократическое достоинство*** – это высочайшая простота и естественность, которым надо учиться. Но благодаря этому, аристократы красивы всегда и во всём.

Александр Старшинов

Безответственность

Безответственность – это нежелание человека принимать ответственность на себя за собственную жизнь, поступки, деяния и за всё, что происходит на Земле.

Безответственность говорит о том, что человека ещё не посетило осознавание Цели и смысла его Жизни и, соответственно, той ответственности, которая возложена на него его Судьбой и Божественными Силами по праву рождения его человеком.

Безответственность сопровождается ***отсутствием жизненных ориентиров***, сужением внимания до потребностей своей личности, ленью, тупостью, потерей интереса к жизни, окружающему миру, людям…

Заполняя тело, безответственность вытесняет из него Дух. И наоборот, ответственность за доверенных тебе Судьбой людей, дела, за тебя и твои поступки способствует протеканию в тело Духа, переключению внимания со своего «Я» на окружающий мир, заставляет искать ответы на возникающие вопросы и, самое главное, заставляет действовать.

Безответственности сопутствует также недоверие к человеку со стороны окружающих, потому что ему ничего нельзя поручить.

Все интересы человека, отдавшего себя во власть безответственности, сводятся лишь к ***удовлетворению потребностей своей личности***, что в результате приводит ко всё более глубокому отдалению его от окружающих,

порождая ***одиночество***. Увеличивается замкнутость эгоиста на свою личность, и растёт стена недоверия между ним и всеми окружающими.

Безответственность не означает – безнаказанность. И наказанием здесь является то, что человек становится изгоем. Он сам низводит себя до такого состояния. Он отказывается от своей человеческой сути, снимая с себя всякую ответственность.

Страх совершения человеческого поступка заставляет личность искать способы не видеть и не признавать возложенной на человека ответственности.

Страх подсознательно заставляет человека бояться держать ответ за свою жизнь (тогда ведь придётся что-то делать) и за жизнь доверенных ему судьбой людей и дел. Страх заставляет сваливать эту ответственность на кого угодно и ждать принятия решений со стороны.

Страх – суть безответственности.

Безответственность – суть равнодушия.

Равнодушие – суть эгоизма и предательства.

Кажется, что жить гораздо легче, не отвечая ни за себя, ни тем более за кого-либо ещё.

Нежелание искать причину того или иного своего поступка или реакции окружающего мира на свои действия, нежелание выискивать суть происходящего, размышлять – есть тоже безответственность, потому что в этом случае все действия диктуются бессознательными и неподконтрольными разуму и сердцу импульсами и рефлексами, а значит, имеют непредсказуемый результат, что по-человечески недопустимо.

Что делать:

1. Определить за кого вы в ответе, чья жизнь и судьба зависят от вас, ваших действий, эмоций. Определить за что в этой жизни вы как человек в ответе.

2. Действовать в каждом конкретном деле быстро, безупречно и адекватно.

3. Культивировать чуткость к себе и окружающим.

4. Искать способы для реализации себя как человека.

Вячеслав Рогов

Бедность и нищенство

Философы предпочитают объяснять мир, вместо того, чтобы его переделывать. Хорошо устроились!

Д. Самойлов

Для того чтобы более полно рассмотреть эти два понятия, которые отражают положение индивида в обществе, нам необходимо будет совершить небольшой экскурс в историю человечества, коснуться некоторых моментов психоанализа и затронуть высокодуховную сторону человеческого бытия.

Бедность... Принято считать, что это слово отражает положение человека в обществе и связано с материальным достатком, а точнее, с его отсутствием. Одно время существовал даже такой класс людей как бедняки. Эго-система распределила людей по нишам относительно их социального положения. Зададимся вопросом: отражает ли количество имеющегося у человека материального достатка его духовную сторону? Скорей всего, нет. В истории много примеров, когда именно беднота поднималась на защиту своего Отечества и спасала его. Это означает, что эти люди имели внутри себя некий особый «стержень» – Дух свободы, веры в своё Отечество, а этим могут похвастаться далеко не все из богатых. В то же время целый ряд учёных совершил свои великие открытия на благо Родины и жили, не имея большого достатка. Их внутренняя культура, частичка Божественного света – Ра, доминировала в

них и руководила их поступками. Выходит так, что бедность – не порок. А вот нищенство... Оно больше ассоциируется с внутренним миром человека. ***Нищенство – состояние психосферы человека, и оно управляет его поведением***.

Существуют религиозные системы, которые воспевают нищенство как образ жизни, а убогих, сирых и «калик горемычных» возводят в особый ранг великомучеников. Такие системы всячески стремятся привить населению этот образ жизни, так как нищими легко управлять, и в этом деле они немало преуспели. Нищие ничего не создали, ничего не открыли, их заботит только собственный желудок. Нищие духом – это сказано про них. Где можно их встретить? Как ни парадоксально звучит, ***в сфере власти***. Как правило, их кругозор ограничен только собственным корытом. Эти люди зациклены на себе и считают, что все вокруг создано для их блага. Они хапают и хапают богатства, деньги, власть, но насытиться не могут, потому что ощущают себя ***нищими***, обделёнными, им всегда всего мало...

В этом мире человеку необходимо ***действовать***. Совершая действия, человек живёт. Действия человека должны быть разумны, гармоничны и служить человечности. Для нищего духом выполнение этого нереально. Он всегда будет сидеть возле своего «разбитого корыта», удовлетворяя свои мелкие, корыстные потребности. Для бедного появляется шанс реализовывать Идею Божественного предназначения, но путь этот труден без поддержки материальными средствами.

Маркиза Дюдеффан в своем письме к Вольтеру отметила: *«Знаете ли, когда я действительно поверила, что вы великий философ? Когда Вы разбогатели! Только лжецы, безумцы и дураки могут говорить, что можно быть счастливым и свободным, живя в бедности»*. К сожалению, маркиза отметила только одну сторону затрагиваемого нами вопроса, но безусловно, немаловажную. Научиться различать состояния бедности и нищенства и, как бы ни было трудно, идти по пути преобразования мира – одна из задач, которую необходимо решить человеку.

Преобразуя качество нищенства в себе, можно отметить следующие этапы:

1. Когда ты самостоятельно или с помощью находящихся рядом увидел, что у тебя проявляется нищенство, то принимаешь это: «Да, оно во мне есть!». Признав это, ты открываешь «ворота» для энергий, преобразующих качество.

2. Далее, ты контролируешь свой бюджет, расходы, прописывая и намечая план затрат. Это позволит прекратить утечку средств «сквозь пальцы». Нищему всегда мало денег, их ему всегда не хватает...

3. Гармонично распределив имеющие средства, необходимо регулярно проводить энергетическую работу по привлечению денежных средств в свою жизнь.

4. Выполняя эти пункты, помни о необходимости закрепления полученных результатов с помощью физических упражнений.

Преобразовывать мир могут только люди, сильные Духом, богатые материально и способные к действию.

Владимир Лемещенко

Благодарность

Благодарность – благо (добро) дарить.

Благодарность – это чувство, которое зарождается в глубине сердца и делает окружающий мир гармоничным.

Когда мы с радостью выражаем благодарность, она открывает наши сердца и позволяет нам ощутить больше ***Любви***.

Когда мы выражаем благодарность, то создаём положительную энергию, которая излучается нами из сердечного центра. Мы становимся магнетическими, и всё хорошее – люди, ситуации, встречи – притягивается к нам.

Кому мы выражаем свою благодарность? Мы благодарим ***Великие Божественные Силы*** за подаренную возможность ***быть и жить***. Жизнь дана нам как Божественный дар для реализации своего Божественного предназначения.

Мы благодарим своих ***родителей***, потому что понимаем – наше проявление в физическом пространстве человеческого Мира осуществилось через них.

С глубокой благодарностью относимся мы к ***Великому Солнцу (Ра)***, которое даёт жизнь всему живому на Земле.

Благодарим прекрасную ***планету Земля и Природу*** на ней, которая нас кормит и одевает.

Мы с благодарностью относимся к ***женщинам***, вместе с которыми образуем целостные человеческие существа.

С благодарностью относимся к своим ***Учителям, инструкторам, друзьям***, которые дают нам ***Знания и Силу***.

Благодарны тем ***людям***, при взаимодействии с которыми возникают ситуации – уроки осознавания (понимания) и необходимость их гармоничного решения.

Благодарим ***прошлое*** за возможность осознать ценность Жизни в настоящем и никогда не сожалеть о нём в будущем.

С благодарностью относимся к ***силам природы*** (стихиям и стихиалиям), проявляющиеся в виде духов озёр, рек, гор, рощ...

С благодарностью относимся ко всему ***предметному и вещественному миру***.

Слова «благодарю Вас» являются двумя самыми прекрасными словами, которые могут в ответ осветить лицо человека и помочь другому человеку узнать, что его высоко ценят. Они открывают путь к нашим сердцам и позволяют почувствовать себя частичкой мира.

Илья и Татьяна Лабутины

Благодетели

***Благодеяние** – поступок, совершаемый во благо другого человека, группы людей или мира в целом, с целью замолить собственные грехи, приобрести более высокую оценку в глазах окружающих или своих собственных.*

***Благодетели** – люди, совершающие благодеяния.*

Существует несколько типов благодетелей. Чаще всего приходится сталкиваться с благодетелями бытовыми – это друзья, знакомые, родители, родственники, их знакомые и т.д., и благодетелями глобальными – это великие учителя, вожди народа, религиозные деятели, мессии и т.д. Кроме того, любой человек может выступать в роли благодетеля в различных жизненных ситуациях.

Бытовые благодетели – наиболее часто встречающийся тип. Они постоянно рядом с нами и очень любят свою роль. Яркий пример представителей этого типа – родители. Желая ребёнку добра и блага, они принимают самое активное участие во всех ключевых вопросах жизни детей, всегда знают, что, как и когда их чадам во благо, а что – нет. При этом они опираются на свой богатый жизненный опыт. Им не важно, что у каждого ребёнка своя судьба, свой жизненный путь, который он должен выбрать сам, и что их собственный жизненный опыт зачастую неприемлем для других людей, даже если это их дети. Предположение о том, что у детей могут быть собственные цели и ценности в жизни вызывает у них (доброжелательных) лишь брезгливую реакцию. А попытки объяснить, что они

навязывают своё видение мира детям, им абсолютно непонятны и наталкиваются на агрессию.

Родители редко видят в детях самостоятельных людей, то есть не воспринимают их отдельно от себя. Если дети отказываются от родительской опеки, то родители обижаются, начинают враждовать с детьми тайно или явно. Показателен пример негативных взаимоотношений между свекровью и снохой. Жена у сына плохая, её не мама выбирала. Поразительно, но и в этом случае мама хочет сыну «добра». И поди объясни этой женщине, что жён не в магазине выбирают, а по любви. Что, по большому счёту, не её это дело. Такого рода благодеяния могут делать и другие родственники, друзья.

Ещё один всем знакомый благодетельный поступок – ***подаяние милостыни***. В основе этого поступка лежит жалость благодетеля к просителю. Между ними выстраиваются отношения, которые развращают просителя, делая его неспособным работать (зачем, если и так дают). Вообще, милость – это манна небесная, нечто незаслуженное – халява. Причём, первая часть определения раскрывает внешнюю сторону явления, а вторая – его суть.

Вот стоит бабулька, смиренно просит милостыню. Сжалишься, дашь на хлебушек. А может, та бабуля совсем не одинока, а жалеет внучка своего, на конфетки и игры ему собирает, а внучек потом вырастет, да сам пойдёт собирать по-крупному? Может, и с вас. Или бабуля своих деток жалеет – не богатые они, квартиру только купили, а на мебель не хватает! И такая ситуация не редкость.

Как правило, люди, подавая милостыню, никогда не думают о просителе. Они думают о себе – либо ***откупаются от чувства стыда и неловкости*** (сами кого-то обокрали, боятся оказаться в положении просящего), либо ***самоутверждаются***: «Какой я добрый и великодушный!». Кстати, на этом строится и благотворительность. Основные взносы в различного рода фонды и благотворительные организации вносятся теми, кто эти деньги украл (вспомните Юрия Деточкина).

Благодетель не интересуется ситуацией, не принимает в ней сознательного участия. Как правило, ему интересно только то, как он сам при этом выглядит. Это отличает искреннюю помощь от благодетельствования. ***Благодетель помогает так, как ему это удобно, и непременно рассчитывает на благодарность. Искренняя же помощь бескорыстна.***

Когда можно давать милостыню? Когда знаешь, для чего ты это делаешь. Когда чувствуешь, что этому человеку важно именно сейчас получить эти деньги, чтобы сила, заключённая в них, приумножилась в его руках. И это будет уже не милостыня, а подарок. Человек, получивший такой подарок, никогда не забудет этого и когда-нибудь сам сделает такой подарок, не ожидая ни благодарности, ни расплаты. Только будучи внимательным к миру и людям, которые тебя окружают, можно увидеть, кому и чем ты можешь сейчас помочь.

Глобальные благодетели – это великие обманщики. Прежде всего, они обманывают самих себя, будто действу-

ют во благо других людей, уверяя последних в том, что это тем необходимо. Они навязывают людям свои теории, идеи, моральные принципы, религии и образ жизни, выдавая их за единственно верные. Как правило, навязывается набор стереотипов поведения, методов и моральных установок, которые вовсе не направлены на самоосознание и понимание сути происходящего. Такие благодетели не терпят инакомыслия. Они борются с ним открыто или тайно. Они очень не любят критику в свой адрес. Они учат и наставляют вас на путь истинный. Они являются проводниками на этом пути, но... этот путь не ваш. А вы тем временем привыкаете следовать определённым порядкам и принципам, вам не надо думать, всё уже предопределено.

Религиозный благодетель живёт благодетельствованием. Для него обращать других в свою веру – ***способ существования.*** Сначала он вводит людей в состояние страха и страдания, используя понятие ***греха,*** а затем утешает и отпускает эти грехи. Правда, это очень напоминает паразитизм на верующих. Ну и что? Слегка оболваненные верующие становятся зомби, которые довольны своим положением. Зомби не думают ни о чём, за них ведь всё решают. Есть инструкция, а ответственности нет. Только дело-то в том, что в первую очередь сам благодетель является зомби: рабом своих идей, качеств, ограниченности и страха.

Вывод: Мораль благодетельствования всегда вытекает из ***желания уничтожить любую возможность непредсказуемости человеческих реакций, всякий намёк на инакомыслие***.

Бог

1. Бог – высшая Сила. Он существует. Если вы чего-то не знаете или не ощущаете, это не значит, что Его не существует.

2. Истинный Бог – Творец и Созидатель. Сущности, называющие себя Богами, но не обладающие созидательной силой, не истинные Боги.

3. Бог – это всё, весь окружающий мир, состоящий из Его энергий, из Него Самого.

4. Бог для всех существ, населяющих Землю, проявляется по-разному. У животных – своя высшая Сила, свой Бог, у растений – свой, у человека – свой.

5. Для человека самой высшей, самой великой Силой является ***Любовь***. Поэтому и говорят, что Бог – это Любовь. Любовь – Божественная Сила, дарованная человеку для исполнения его Божественного предназначения. Ощущающий Любовь человек пребывает в Боге, понимает своё предназначение, для него окружающий мир приобретает другое звучание и окраску. Всё является проявлением Любви, имеет эмоциональный облик.

6. Необходимо понимать: ***какому Богу поклоняешься, тому и уподобляешься***. Поклоняясь Любви, ты обретаешь силу Любви и всемогущество.

Юрий Таперов

Божественные Силы

К вопросу, кому или чему служить, рано или поздно приходит каждый человек. Зачастую люди выбирают между Богом, деньгами или властью. Необходимо при этом задаться следующими вопросами:

1) Кому я служу;

2) Что для меня является проявлением этого в окружающем мире;

3) Для чего я служу, т.е. чего хочу добиться;

4) В чём заключается моё служение.

Нас мало интересуют индивиды, выбирающие для себя деньги или власть, поскольку они ничего не несут за собой, кроме разрушения себя самих и других. Остановимся подробнее на выборе человека, который принял решение ***служить Богу***.

Во-первых, служить Богу – это не значит уйти от мира сего в монастырь и там, в молитвах, проводить дни и ночи напролёт, будто это и есть то, чего от нас хочет Бог. Если добавить капельку здравого смысла – то если бы все люди занимались этим якобы самым богоугодным делом, были бы монахами, то как бы мы с вами жили-то?

Во-вторых. Что такое Бог? Един ли он? Ведь, как мы знаем, в ведении Бога (Абсолюта) находятся все процессы в мире: созидательные и разрушительные, поскольку прежде чем где-то что-то построить новое, как правило, приходится убрать мешающее старое. Поэтому и существуют Созидательные и Разрушительные Божественные Силы,

которые, однако, нельзя назвать противоборствующими и противопоставляющимися друг другу: они действуют сообща и в гармонии друг с другом.

Простой пример. Стоит старый, полуразвалившийся дом. В один прекрасный момент он сгорает по причине неосторожного обращения с огнём живущих в нём бомжей или, скажем, соседских ребят. На месте старого дома строят новый. Вроде бы не возникает сомнений в гармоничности данной ситуации с нашей точки зрения. Однако поставьте себя на место, допустим, бомжей, облюбовавших уютненькие подвальчики и чердачки старого дома? Или птиц, кошек и прочей живности, обитавших в старом доме? Понятно, что они будут воспринимать произошедшее как проявление враждебности окружающего мира по отношению к ним.

Человек не выбирает, каким Силам он служит: созидающим или разрушающим. Люди выбирают служение Богу Любви. Поэтому они готовы быть даже эдаким дворником, очищающим мир от всяческой гнили и падали. Обычно Разрушительные Божественные Силы просто используют эгоистические личности как болванчиков, зомби, у которых есть программа, что надо разрушать... Ну что ж, до тех пор, пока эти личности действуют в рамках общего гармоничного плана, составленного Великими Божественными Силами (Созидающими и Разрушающими), они влачат своё жалкое существование. Как только эти зомби выполняют свою задачу и переходят рамки необходимости (а они их всегда переходят, потому что связи с Великими Божественными Силами у них нет, а соответ-

ственно, нет понимания, что Силы от них хотят), так эти личности аннигилируются.

Поэтому для начала я рекомендую обратить своё внимание на Созидательные Силы. У вас будет возможность реализовать свой творческий потенциал. В любом случае, чтобы служит Божественным Силам, вам необходимо установить с ними контакт, чтобы слышать, чего же они от вас хотят, а не выдумывать самому всякую всячину и потом находить ей оправдание.

Далее необходимо ответить для себя на вопрос: а что же является дл меня проявлением Божественных Сил в окружающем мире? Это вопрос широты вашего восприятия. Постараюсь передать некоторые этапы расширения восприятия у человека и соответствующие им осознавания (по мере расширения):

1) Для кого-то проявлением Божественного будет то, что ***невозможно постичь окружающий мир*** ввиду его многообразия и многогранности.

2) Кто-то заметит особую ***красоту полевых цветов*** и поймёт, что эта красота есть проявление ***Великой Гармонии***, созданной Великими Божественными Силами.

3) Кто-то осознает, что существует ***взаимосвязь между вещами и явлениями***, понять которую пока невозможно, однако ощущаются некие ***сверхзаконы***, которые неизменно действуют, и это и есть проявление Божественных Сил.

4) Кто-то поймёт, что Божественные Законы реализуются в нашем мире с помощью физических тел и, следовательно, всё имеет своё ***предназначение***.

5) Кто-то откроет, что ***люди являются одной из основных действующих*** в физическом мире Божественных Сил, обладающей огромным творческим и созидательным потенциалом.

6) А кто-то осознает, что ***всё, что его окружает, есть Бог*** (Абсолют) есть Любовь, есть взаимодействие двух его ипостасей: Мужской (Дух) и Женской (Душа). Окружающий нас мир есть результат взаимодействия мужских (процессы и явления) и женских (жизнь, материя) сил. Поэтому возникает необходимость в воссоединении со своей второй половиной (для принятия активнейшего участия в процессах формирования окружающего нас мира).

Для чего я служу Великим Божественным Силам? Как уже упоминал выше, человек всё равно служит им, только одни это делают осознанно, другие – неосознанно. Выбора – служить или не служить – просто нет.

Служение Великим Божественным Силам заключается: во-первых, в том, чтобы слышать (настраиваясь на них), чего же они от нас хотят; во-вторых, понять, как лучше выполнить и реализовать их желания; в-третьих, отождествить «свои» интересы с интересами Божественных Сил, а если это на начальном этапе затруднительно, то хотя бы отодвинуть «свои» интересы на второй план; и самое главное – служить своей второй половине и вместе с ней представлять единое человеческое существо (сверхчеловека), тем самым перейти на новый уровень взаимодействия с окружающим миром, где нет невозможного, человек всемогущ и несёт полную ответственность за свои мысли, поступки и окружающий его мир.

Владимир Тюрчев

Важность

Чувство собственной важности (ЧСВ) – вид нервной деятельности, поглощающий большое количество энергии. Важность – тот трон, на котором восседает личный диктатор каждого – наше эго. Именно через ЧСВ оно приобретает контроль над всем человеческим существом, до такой степени, что мы начинаем отождествлять себя со своим эго и полагать, что других частей нас самих просто не существует. Все наши энергетически опустошительные эмоции и ослабляющие нас привычки, такие как: чувство жалости к себе, ревность, зависть, злоба, депрессия и т.п., оказываются возможными лишь потому, что мы ощущаем себя важными персонами.

Важность может существовать только при условии, что мы считаем себя бессмертными. Самые обычные наши поступки обнаруживают свою чудовищность, если оценивать их, исходя из неизбежности смерти. Считая себя бессмертными, мы позволяем себе:

- Откладывать на завтра, которого у нас просто нет, то, что можно и должно быть сделано только сегодня.

- Подавлять симпатии, отказываться проявлять их, забывая при этом, что единственное время, которое у нас есть, чтобы прикасаться, ласкать или отправиться куда-то вместе – это сегодня, и что в любом случае долго это длиться не может.

- Не обращать внимание на красоту.

- Защищать сложившееся у нас представление о самих себе.

- Предаваться ненависти, злобе, обиде и жалости к себе и прочее.

- Беспокоиться о чём-то, доводя себя до депрессии и душевных мук.

ЧСВ – весьма коварная вещь. Оно умеет усиленно маскироваться под «благие намерения», «действия в результате необходимости», «заботу о ближнем», «моральные принципы» – подо что угодно. Поэтому задача выслеживания своего ЧСВ весьма непроста.

Без социального окружения механизм ЧСВ не может эффективно работать. Поэтому те, кто осознаёт собственную смертность – это воины, которые относятся к каждому своему поступку как к ***вызову***. Вызову наслаждаться каждым мгновением жизни, прожить каждое мгновение с достоинством, настолько безупречно, насколько хватит индивидуальной силы. Воины наслаждаются каждым бесценным моментом своей жизни, потому что определённо знают, что смерть ходит рядом с ними, что на назначенную ею встречу надо будет прийти без опоздания. Поэтому они вкладывают в каждый поступок всю свою душу. Их поступки отличаются особой силой и изысканностью, что не сравнимо с наводящими скуку и повторяющимися действиями якобы «бессмертного» эгоиста.

Правда Жизни в том, чтобы ***культивировать возвышенность без горделивых дум***, воспитывать себя, не думая о гуманности и справедливости, править, не ориентируясь на заслуги и славу. Только избавившись от важности, мы перестаём находить удовольствие в унижении других, понимаем вред любого фанатизма и легко отличаем ложь от правды.

Галина и Наталья Колосовы

Вампиризм

У большинства людей слово «вампиризм» ассоциируется с графом Дракулой, пьющим кровь очередной жертвы. Но сейчас речь у нас пойдёт не об этом легендарном персонаже, а о вампиризме социальном как явлении, типичном для нашего времени.

Очень часто люди думают, что их никто никогда не использует, а если подойдёт злобный граф Дракула, тут же получит в сердце осиновый кол. Но, к сожалению, социальный вампиризм тем и страшен, что его нелегко распознать, у него много масок. Часто многие из нас неосознанно оказываются втянутыми во взаимодействие «вампир – жертва». И из такой ситуации нелегко выбраться, особенно если вампиром оказывается близкий родственник или любимый человек. Для иллюстрации можно привести несколько примеров...

1. Вас будит среди ночи звонок близкой подруги, которая долго и занудно рассказывает, как она несчастна, её никто не любит, у неё нет мужчины, ну и так далее... Попытки ей что-то посоветовать с негодованием отвергаются со словами «это ты сильная, а я так не смогу...». Она кайфует с ваших слов и с ваших советов, которые ей реально не нужны. ***Диагноз: классический вампиризм*** при наличии у жертвы (то есть у вас) открытого канала – качества жалости и чувства собственного превосходства (я, такая хорошая, её, бедную, спасаю).

2. Вас вызывает к себе начальник и долго, временами срываясь в крик, отчитывает за плохо, по его мнению, сделанную работу, за невыключенный в туалете свет, безделье и прочие прегрешения. Поводом для скандала может быть всё, что угодно, или ничего, вернее – энергетический голод вампира (ты виноват уж тем, что хочется мне кушать). Если вы плачете, или кричите в ответ и хлопаете дверью, или выдаёте какую-либо другую эмоциональную реакцию, вампир усваивает полученную энергию и насыщается. ***Диагноз: вампиризм энергетический***, у жертвы – жалость к себе и отсутствие чувства юмора.

3. Знакомая семейная пара: муж и жена, обоим лет по 25. Жена работает с утра до ночи, а по вечерам бегает по магазинам, готовит, стирает, убирает. Он – нигде не работает, называет себя культуристом, качает свои мускулы, мажет себя маслом перед зеркалом и рассказывает жене про очередной чемпионат по культуризму, на котором он непременно выиграет большой приз. Притом регулярно её поколачивает и требует всё больше и больше денег на специтание, анаболики, посещение клубов и т.п. Она его обожает, он это снисходительно принимает. ***Диагноз: вампиризм бытовой***, у жертвы жалость к вампиру и тенденции к мазохизму.

При исследовании жертво-вампирных взаимоотношений один из самых сложных моментов – всегда помнить, что наименования «вампир» и «жертва» являются всего лишь обозначениями двух сторон одного явления, неотделимых друг от друга, как орёл и решка на одной монете.

В вампирных отношениях обе стороны используют друг друга, обе получают от этого удовлетворение или что-то другое, им необходимое. Ведь, как известно (Брэм Стокер, «Дракула»), даже классические вампиры, высасывая кровь из жертвы, даруют ей грёзы и сладостные сны, плавно переходящие в смерть.

Жертва порождает вампира, а вампир – жертву. Если вампир и жертва находятся в близких отношениях, то такой союз часто оказывается прочным и долгим. Они просто не могут жить друг без друга и сами искренне считают это любовью.

В социальных жертво-вампирных взаимодействиях роли могут легко меняться местами. В разных ситуациях, при общении с разными людьми вампир может стать жертвой, а жертва – вампиром, так как качества, породившие жертво-вампирные взаимодействия, всегда присутствуют у того и у другого.

Если вы чувствуете, что взаимодействие с каким-то человеком у вас негармонично, подумайте – не присутствуют ли здесь элементы жертво-вампирных взаимодействий.

Если вам кажется, что они присутствуют, вам ***необходимо разыскать в себе качества***, породившие эти взаимодействия, и их трансформировать. В этом случае порочный круг разомкнётся, но, как показывает практика, сделать это непросто.

Алексей Дубров

Верность

В разные времена люди присягали на верность Богу, Родине, Королю, а также хранили верность Ордену, Семье. Присягали, значит, клялись служить верой и правдой, честно, открыто, искренне! В последнее время понятие верности исказилось, и всё чаще под верностью понимается вера своим «принципам», идеалам и идолам. А какие ныне принципы, идеалы и идолы – известно... Они далеки от служения Богу и далеки от человеческих.

В человеке верность проявляется как созвучная сила, которая является опорой Бога для реализации Божественных законов в физическом Мире, Реальности.

Для меня верность – это верность Великим Божественным Силам, верность Учителям, верность Братству Внутреннего Круга, верность выбранному Пути развития и совершенствования. На мой взгляд, очень важен момент верности самому себе, т.е. той Силе, которая привела меня на Путь развития и совершенствования.

Хранить верность – значит безупречно служить Богу и быть его посланником в этом мире, аннигилируя предательство.

Про мою неверность можно говорить многое, но скажу главное. В момент, когда во мне проявлялась неверность, я не являлся самим собой, потому что отрекался от Воли Бога, отрекался от тех слов и решений, которые говорил и принимал сам. Поэтому сейчас для меня основным является молитва Богу, молитва верности выбранному Пути!

Служу жизни!

Андрей Мирзаянц

Верность

Выбор Пути служения Божественным Силам – это выполнение своего Предназначения, нахождение своего места в течение Жизни. Верность этому Пути – опорное качество для человека в процессе Бытия.

Настраиваясь и впитывая в своё тело силу верности, я ощутил, что эта сила выдавливает из меня внутренние сомнения, нежелание развиваться тех существ, сущностей и прочих микроорганизмов, которые присутствовали в моём теле.

Все эти сущности, а также качество «поиска выгоды» вопили.., так как верность не предполагает лучше или хуже, выгодно или не выгодно. Верность – означает честность, честь, опора. Верность не ожидает награды.

Ярким примером для понимания сути верности для меня стал кодекс самурая. Самурай следует за своим господином, выполняет его Волю, защищает его при любых обстоятельствах без компромиссов. Тем самым его жизнь приобретает смысл, а бескорыстное служение усиливает Дух.

Без верности своему Духу, Идее, Пути человек как лист на ветру. Ключевой момент – верность своему Духу. Для наполнения своего существа Силой верности я размываю стереотипный взгляд на себя, на людей, ощущаю свою индивидуальную силу, не боюсь быть неправильным и ошибиться.

В дальнейшей работе я увидел, что для усиления Верности мне необходимо преобразовать приспособленчество, примитивное безделье и неуверенность в себе, так как они мешают втеканию Духа в тело. Если неуверенность в себе будет доминировать, то как сможет кто-то быть уверенным во мне, в моей поддержке?

Верность имеет один корень с Верой:

Верность – Вера – Духовность – Дух.

Верность – Уверенность – Вера – Вера в себя.

Верность делает нас больше людьми.

Верный – правильный. Такой, каким создал Бог.

Таисия Старшинова

Верность

Чему я храню верность? Идее усиления Жизни на Земле, своей Божественной сути, своему Божественному предназначению.

Верность рождается в сердце, заполняет сначала физическое тело, а потом, выходя за его границы, проявляются во всех действиях и поступках при взаимодействии с окружающим миром.

Что мешает внутри меня быть верной?

1. Состояние ***купли-продажи***, проявляется при общении как «а что мне за это будет?». Существует до тех пор, пока воспринимаешь себя как исполнителя, наёмного работника и.т.п. Это определённая мера ответственности за себя и окружающий мир.

Мне помогает осознавание того, что жизнь бесценна и лучше умереть, чем торговать своей жизнью, становясь рабами вещей, людей, эгрегоров…

2. Состояние ***страха***, которое контролирует каждое действие, выстраивая отношения «хозяин-раб». Проявляется как ожидание одобрения за свои поступки со стороны Учителей, друзей. Необходимо научиться воспринимать страх как дополнительную силу для выполнения дел. Постоянная оценка и сравнивание себя с окружающими людьми, во-первых, истощает себя самого, во-вторых, служит плохую службу этим людям. Когда начинаешь ориентироваться только на других, возникает такая энергия, как зависть – они могут, а я не могу – значит, я не такая, не

правильная и вообще из меня толк не выйдет. Так и будет, если начать по этому поводу заморачиваться. Осознавая, сколько дел необходимо делать, невозможно долго находиться в этом состоянии. Времени сравнивать нет, надо просто жить и радоваться жизни.

А главное, всё это не должно быть оторвано от реальности. А то я тут сижу дома и развиваюсь, делаю настройки и асаны, а выходя из дома, об этом забываю…

Всё начинается с мелочей, безупречность в мелочах – фундамент строит!

Алексей Захаров

Воля

Воля – это структура, которая помогает человеку совершать определённые действия для достижения поставленной цели. Отсюда следует, что у человека должна быть цель. Чем больше цель совпадает с Божественным предназначением, тем больше ***стремление человека быть Человеком***. Чем активнее он служит усилению жизни на планете и проведению в этот мир Законов Гармонии, Порядка, Справедливости, тем он становится сильнее, смелее, увереннее в себе. У человека появляются силы решать всё более сложные и важные задачи, без страха входить в любые ситуации.

Воля – это не упёртость, не упрямство и не какие-то глупые амбиции (высокомерие и т.п.). Воля проявляется как ***спокойная уверенность в своих силах***, благодаря правильному выбору своего пути и пониманию необходимости и справедливости своих действий. Волевого человека нельзя прижать к стене, поставить в безвыходное положение, заставить молчать, потакать несправедливости. Человек с сильной волей ***не выставляет напоказ свою силу***. Он спокойно и уверенно идёт по жизни, легко и радостно берётся за самые трудные и, казалось бы, невыполнимые дела и доводит их до конца.

Воля – это то, что позволяет человеку быть лидером и Воином Духа в этом мире. Быть непобедимым и любить этот мир без оглядки на свой эгоизм.

Андрей Куршев

Всемогущество

Давайте попробуем ответить на вопрос: «***Что такое всемогущество?***». Я предлагаю вам немного порассуждать вместе со мной. Слово это состоит из двух корней – «всё» и «мочь» (т.е. знать, как делать и уметь делать). Значит, можно сказать, что всё знать и уметь – это и есть всемогущество. Но в эту внешнюю простоту смысла закрадывается маленькое «но». Что каждый из нас имеет в виду, когда произносит слово «всё»? Для кого-то «всё» – это иметь много денег и власти. Для другого – это всего лишь кусок хлеба и крыша над головой. Кому-то быть уважаемым и значимым – это «всё», а кто-то просто хотел бы быть любимым и любить. Но если посмотреть на эти требования со стороны, то получается, что каждый стремится лишь к маленькой части того «всего», из чего состоит Вселенная.

Предположим, что каждый из нас достиг того предела стремлений, на который рассчитывал. Мы знаем, как и что нужно делать для поддержания стабильности этого достижения. А что же дальше? Получается, что цель жизни достигнута. Получается, что мы стали «всемогущими». Тогда почему появляется ощущение, что чего-то недостаёт, что необходимо сделать что-то ещё? Почему появляется ощущение внутренней пустоты и неудовлетворённости? Значит, наше «всё» – это не то, чего на самом деле нам хотелось. А может быть, просто наше «всё» перерастает в какое-то другое «всё», включающее в себя другие аспек-

ты жизни, постановку других целей? То есть идёт непрерывный процесс – расширение своего мировоззрения и познание окружающего мира, постоянный поиск самого себя, своего места на этой Земле. Из рамок привычных целей – достижения власти, добывания куска хлеба и желания любить – вырастает что-то большее...

Например, желание узнать, как устроен мир, для чего мы живём, кто мы. И чем больше таких вопросов возникает, чем больше мы стремимся к ответу на них (пускай методом проб и ошибок), тем больше мы узнаём, тем больше можем сделать. С этими вопросами начинает приходить понимание, что процесс познания – это не просто накапливание информации, а законченная структура, постоянно меняющаяся и текучая, основанная на определённых законах, – законах взаимодействия всего со всем. И знание этих законов даёт необъятные возможности. Возможность быть в центре любого события и знание того, как реагировать на эти события. Возможность получить Силу для дальнейшего расширения и познания мира.

Так не в этом ли и заключено всемогущество человека? Ни к этому ли всемогуществу нужно стремиться в постановке собственных целей, в желании не зря прожить свою жизнь?

Инна Старшинова

Гармония

Из философского словаря: ***«Гармония*** выступает как идеал прекрасного, все элементы которого внутренне сбалансированы между собой и создают совершенство целостности».

Склонность каждого человека к гармонии естественна, а склонность к дисгармонии есть неестественное состояние ума или дел. Давая дорогу дисгармонии, мы позволяем ей расти и множиться.

Несомненно, чем мудрее мы становимся, тем более сложные вопросы способны гармонично разрешить. Каждая дисгармония встречается нам в соответствии с нашей индивидуальной силой.

Давайте рассмотрим как понимают гармонию в суфийской традиции.

Суфий избегает любых негармоничных действий. Он удерживает ритм речи под контролем терпения, так что никогда не скажет слова преждевременно и не начнёт отвечать, не дослушав вопрос.

Суфий внимательно наблюдает за каждым своим движением и выражением, так же как и за другими людьми, пытаясь сформировать созвучный аккорд гармонии между собой и другими. Достижение гармонии в жизни осуществляется тем же путём, что и умение музицировать, хотя требует ещё более продолжительного и серьёзного изучения, чем развитие музыкального слуха и голоса. Для суфия каждое произносимое слово звучит как нота, прав-

дивая – если слово гармонично, и фальшивая – если слово негармонично.

Чтобы устоять под напором несогласованности, идущей извне, мы должны ***сперва*** практиковать устойчивость против всего того, что приходит изнутри, из нашего собственного «Я». Своим «Я» управлять сложнее, чем чужими, но если человек не способен контролировать сам себя, он потерпит неудачу.

Что же создаёт дисгармонию в нас самих? Слабость. Физическая или психическая.

Для того, чтобы создавать гармонию нужна сила Духа. Человек, обретший состояние гармонии, способен независимо от внешних и внутренних состояний действовать в соответствии с человеческой этикой, уменьшая дисгармонию в самом себе и окружающем пространстве.

Любовь Лаврова

Гордость

В священном писании сказано, что все бедствия произошли от гордости, когда Ангел Божий возгордился и превратился в Ангела Тьмы, в негуманоидную систему злобы, ненависти, погибели.

Что же такое ***гордыня***? Гордиться – значит ощущать себя выше других. Гордец хвастается тем, что он более образованный, начитанный и т.п. Ему ничего не стоит самоутвердиться на ближнем. Но всё дело в том, что в гордыне разума есть таинственное наслаждение, опьяняющее того, кто ему предаётся – это ***самолюбование***.

Сердце, заражённое «вирусом» гордости – лживо и злобно, оно утрачивает чистоту, веру в Любовь, потому что затуманено энергиями самолюбования. Гордец ложно пытается присвоить себе то, что принадлежит Богу, ложно приписывая себе достоинства и совершенства, каких в нём нет, скрывая пороки и недостатки. Он не слышит и не видит Мира, т.к. видит и слышит только себя.

Важной чертой гордыни является страсть к преувеличениям, желание казаться больше и значительнее других. В конце концов это трактуется как признак истерии, психопатии (истерик-психопат «обожает» быть в центре внимания). А если это выражается в словах и действиях, то обнаруживается ***театральная субличность «Всезнайка»*** – больной начинает играть роль, в которую постепенно вживается, уверуя в своё фальшивое «Я». Он вкладывает в него выдуманное содержание и возмущается, что

окружающие не находят в нём того, что он сам находит в себе, увеличивая своё стремление к необыкновенности, экстравагантности. Это может выражаться в вычурности одежды и украшений в повседневной жизни, манерности в поведении, подчёркивающими шизоидные черты характера, которые также выражаются в бесплодном мудрствовании и резонёрстве. Такой «гордый» теряет сознание реальности и ставит фантазию на место действительности, впадая в фанатизм.

Как же трансформировать гордыню в человеческое качество?

Смирением. Энергия смирения растворяет в сердце гордеца самолюбование и важность. Смирение развивает уважение к окружающим, расширяет восприятие, способствует остроте видения и усиливает жизнь на планете.

Светлана Рогова

Долги

Долги... Что это такое? Откуда они появляются? Почему? Как жить, чтобы их не делать и быстрее отдать уже имеющиеся? Целый ряд вопросов...

Какие бывают долги?

1. ***Материальные*** – деньги и вещи:

- позаимствованные под разными предлогами у других людей с возвратом, взятые на какое-то определённое время;

- взятые насовсем без благодарности к тем людям, которые имели честь вас одарить;

- взятые без разрешения, например, воровство чего-либо.

2. ***Интеллектуальные*** – «голодный интеллект», забытые обещания развиваться интеллектуально: читать, сочинять, размышлять и т.д., а также негативный взгляд на мир и упрёки в сторону своего интеллекта.

3. ***Физические*** – отношение к своему физическому телу, невыполненные обещания, данные своему телу: начинать бегать с понедельника, обливаться, упражняться и т.д.

4. ***Эмоциональные*** – скудное или негативное выражение эмоций к окружающему миру и к людям.

5. ***Долг перед Божественными Силами*** за нереализованное Божественное предназначение, за нежелание брать ответственность за свою жизнь.

Живёт и работает «человече» и вдруг осознаёт, что для преодоления качества, мешающего дальнейшей рабо-

те, его надо ***трансформировать. Шанс трансформировать свой эгоизм появляется у человека каждый раз в каждой конкретной ситуации***.

Божественные Силы отпускают человеку энергию на реализацию им задуманного. Каждый раз он знает, что ему необходимо совершить, но он либо совершает поступок как воин, либо упускает свой шанс. Если человек только осознал свои качества, но не трансформировал их, то энергия, отпущенная Божественными Силами, переходит эго-системам, и в результате у человека появляется долг перед самим собой и Божественными Силами. Энергия совершенствования, отпущенная Божественными Силами человеку и нереализованная им, усиливает его эгоизм, и как следствие – образуется долг.

Получается, что ***на уровне мыслей человек может всё что угодно, на уровне эмоций и чувств – меньше, а на уровне действий – вообще ничего***. Вокруг человека создаются те условия и ситуации, в которых, в норме, происходит возврат силы и закрытие долга. Необходимо только совершать созидательные действия! Совершение созидательных действий есть преобразование эго-системы, соответственно, и самих долгов.

Рассмотрим более подробно ***материальные долги и способы их отдачи***.

Долг является материальным выражением и способом привязки человека к ценностям общества. Наличие долгов приводит к неправильному взаимодействию с миром материальных вещей, когда вещи начинают питаться жизненной силой тела. ***Долг – это энергия, освобо-***

див которую, человек возвращает её в своё физическое тело. В результате возврата энергии идёт ***приток сил*** в человеческое тело для свершения каких-то новых дел и поступков или новых осознаваний.

Как люди образуют свои материальные долги?

Очень просто. Существуют разные типы людей, одни постоянно живут в долг, другие временно прибегают к такой «услуге». Почему им это необходимо? Наверное, им не хватает денег, еды и других вещей, а происходит это независимо от количества их зарплаты и материального положения. Почему же у них так получается?

Самое интересное заключается в том, что каждый долг обязательно базируется на каком-либо качестве и образуется при неправильном функционировании каналов взаимоотношений между людьми и окружающим миром. Например, образованию материального долга способствует подпитка эгоизма энергией ***жадности, вампиризма и нищенства***. В итоге, зарабатывая даже большие деньги, человек не знает, куда они деваются, ему постоянно их не хватает, так как он пребывает в состоянии ***нищенства***: всегда с протянутой рукой и страдальческими глазками.

Мы выяснили, что основой образования материального долга является пребывание в теле человека негуманоидного качества, которое ему необходимо трансформировать. (Хотя это действует только на тех людей, которые искренне хотят что-то изменить, а те, которых устраивает житие-бытие в долг – идут по другому, более тернистому пути.)

С чего же надо начинать, имея у себя материальные долги?

1. С обнаружения качества, на котором строятся процессы, при которых вы живёте в долг.

2. С методик работы над этим качеством. Разговаривайте, спрашивайте у него, чего оно хочет, рисуйте и т.п., делайте всё то, что вам известно про взаимодействие с этим замечательным качеством из методической литературы ЦПФС «Единение».

3. С планирования вашего бюджета.

Для этого записывайте в тетрадь все ваши доходы, а потом планомерно расписывайте статьи расходов, которые вы предвидите в текущем месяце. ***Главное – надо научиться использовать ровно столько денег, сколько вы запланировали***. Не нужно «залезать» из одной статьи в другую. Если вы запланировали, например, на продукты – 1000 рублей, а на транспорт – 300 рублей, но продукты съели гораздо быстрее, чем сами же расписали, то дальше питайтесь святым духом, но не залезайте в «карман» транспорта.

4. Откладывайте и отдавайте часть денежных средств с вашей зарплаты на погашение долга. Какая это часть, вы определяйте сами; по моему опыту, эта сумма может колебаться от 10% до 50% от заработной платы. Главное правило – отдача происходит при любых размерах вашей заработной платы. Даже с небольшой заработанной суммы вы всё равно, хотя бы 1 рубль, но откладываете на отдачу долга.

5. Сделайте перепросмотр вещей, которые у вас имеются. Среди них найдите те, которые к вам попали от других людей, и верните их обратно с эмоциональной и материальной (в виде подарка) благодарностью.

6. Сделайте перепросмотр событий, в которых у вас происходили негармоничные ситуации, связанные с образованием долга.

7. Живите весело и радостно, не делая новых долгов. Гармонично выстраивайте отношения с материальным миром. Удачи и успехов на пути развития и совершенствования!

Юрий Таперов

Долги

Ликвидация собственных материальных долгов, помимо общепризнанного этического аспекта (я никому не должен, я свободен), имеет ещё одну очень важную энергетическую составляющую. Долги – это энергетические каналы, по которым происходит утечка жизненной силы к кредиторам (людям, которым человек должен). Чем больше долгов, чем меньше человек занимается их упорядочиванием и ликвидацией, тем более тяжким грузом они висят на нём, причём не только в энергетическом плане, это заметно становится и физически. Накапливаются усталость, раздражительность, неспособность принимать решения, зависимость от чужого мнения, страх, апатия, портится осанка, появляется синдром «бегающих глаз».

Для выхода из этих состояний и возврата жизненной силы ***необходимо долги возвращать***.

Работа начинается с составления первоначального списка долгов (первоначального, потому что в процессе работы наверняка всплывают долги, которые поначалу не были замечены). При этом, настраиваясь на свою Божественную Суть, вы просите Великие Божественные Силы как можно более полно восстановить список ваших долговых обязательств, содеянных на протяжении всей жизни, начиная с рождения. Вам могут прийти ситуации, на первый взгляд не относящиеся к долговым. Но раз уж в процессе работы они «всплыли», то необходимо их записать и обсудить с наставником – возможно, действительно

ничего серьёзного нет, возможно, это всё-таки долг, а возможно, эту ситуацию вы будете отрабатывать на следующих этапах послушничества.

Список составлен – вперёд, на аудиенцию к наставнику! Если долгожданная встреча назначена вам через несколько дней, то не теряйте времени – начинайте возвращать самые простые и понятные долги – реально взятые в долг деньги и вещи у людей, с которыми вы поддерживаете контакт или которых можете найти.

После беседы с наставником вы поймёте, что долги, которые, на первый взгляд, отдать невозможно, к великой нескрываемой радости отдавать всё-таки придётся. Только, возможно, в других формах. Рассмотрим несколько примеров.

1) Вы взяли книгу у человека, которого в силу ряда причин теперь просто не можете найти, чтобы вернуть её. Попробуйте установить с ним энергетический контакт, извиниться за то, что не можете ему напрямую вернуть долг и договориться с ним, что бескорыстно передадите его книгу тому, кому она реально нужна на данный момент. После того, как книга будет отдана, вы почувствуете физически, эмоционально и энергетически снятие этого долга.

2) Когда-то давно, может быть, в детстве, вас угораздило взять без спроса чужую вещь. Тогда это казалось забавой, или вещь очень нравилась, может, просто за компанию с группой так называемых «товарищей». Ситуация довольно часто встречающаяся. Здесь необходимо понять, кто или что руководило вами в тот момент. Может быть, это была

жажда новых ощущений, неконтролируемая вами тогда. Проанализируйте, что вы получили, выяснили для себя в результате совершённых действий. Если ощущаете, что подобные операции настолько чужды вам, что не вызывают у вас никакого интереса и эмоций, значит, остаётся только поблагодарить Божественные Силы за подаренный опыт (очень часто мы учимся на собственных ошибках) и попросить у пострадавшей стороны прощения. Таким образом, процесс отдачи долга в подобной ситуации заключается в осознавании механизма его возникновения, понимания полной абсурдности совершённых действий с позиции вашей Божественной Сути и благодарения за предоставленную возможность уменьшить дисгармонию в себе и окружающем мире. Если же однажды утром вдруг почудится интерес к присвоению какой-нибудь чужой аппетитной вещички, то будьте бдительны! Значит, долг в таком варианте не отработан, поэтому подойдите к наставнику.

3) Долг может быть наработан перед определённой системой: детским садом, школой и т.п. Тогда, при невозможности возмещения его напрямую в тот сад, где он был сделан, вы можете закрыть его, подарив в ближайший симпатичный детский сад какие-либо полезные для детей вещи.

В целом, как вы понимаете, работа с долгами настолько многообразна и у каждого идёт по-своему, что в рамках одной статьи не отразишь всех возможных вариантов стечения событий, однако информация к размышлению есть. А не пора ли начать работу, дорогой читатель?

Андрей Куршев

Долги

Что делать с теми долгами, которые уже существуют, которые мы успели накопить за годы «привычной» жизни? Долги надо отдавать! Для начала необходимо составить полный список людей, с которыми мы когда-либо взаимодействовали в своей жизни. Затем, ощущая каждого в списке, вспомнить те ситуации, в которых есть долги. Ощутить причину возникновения всех существующих долгов, а затем решить, каким образом лучше всего эти долги вернуть.

Долги я делю на ***следующие категории***:

1. ***Материальные*** долги людям, с которыми у нас есть взаимосвязь. Здесь самый простой вариант – встретиться и вернуть долг.

2. ***Долги людям***, с которыми ***связь утеряна*** и нет возможности её восстановить (уехал в другую страну, город, умер и т.п.). Подобные материальные долги необходимо более тщательно прорабатывать, насыщая ситуации их возникновения энергиями осознавания, а затем совершить дар в пользу Духа, на благо людям. Дар должен быть адекватным энергиям существующего долга.

3. Так же нужно работать с ***системами***, которые уже ***перестали существовать*** (партия, страна, фирма и т.п.).

4. Материальные долги ***существующим системам*** (библиотеки, общественные организации и т.п.) закрываются подобно первому случаю. Если вещи или материальные ценности, которые мы должны, утеряны или уже

не существуют в природе, то долг необходимо вернуть по договорённости с представителями системы, замещая его нужными системе в настоящее время и адекватными энергиям долга материальными ценностями.

Нужно помнить, что гармоничное решение ситуации с долгами такого рода разворачивает в нашу сторону любую систему, увеличивая наш социальный потенциал.

Долг также может быть не востребован кредиторами или системами (долг прощают). Тогда необходимо насытить подобную ситуацию сердечными энергиями благодарности за гармонично решённый вопрос.

Вернув долги, больше их не создавайте!

Андрей Куршев

Долги
(Родители и Дети)

Ни для кого не секрет, что в настоящее время ***в обществе эгоистов доминирующим законом является закон потребления***. Норму жизни человека определяют понятием «***потребительская корзина***», сколько кто «стоит» (получает денег на службе) или количеством материальных благ (квартира, машина, дача).

Если родители – яркие представители общества «потребителей», то что мы можем наблюдать у детей, рожденных в таких семьях? А ничего нового! Ярко выраженный эгоцентризм, отсутствие стремления к развитию и совершенствованию, претензии к окружающему миру, основанные на принципе «все мне должны», а также отсутствие понимания смысла своей жизни как человеческого существа. Отсюда тяга к различного рода удовольствиям, уход в мир иллюзий (наркотики, алкоголь, религия) и т.п., лишенные Человеческой Цели и стремления, обесценивание человеческой жизни вообще и своей собственной в частности.

Другими словами, дети являются прямыми наследниками матрицы восприятия, главными строителями которой являются родители.

Если в обществе принцип «обмани», «укради», «обхитри» является общепризнанным и считается единственно правильным для достижения эгоистических целей (хотя

внешне, общенародно и не афишируется), то что родители закладывают в тело ребёнка? Понятно что!

Кому выгодно такое положение вещей? Системе эгоистов, конечно. Пользуясь потерей памяти людей о своей Божественной Сути, выступая в качестве посредника между физическим телом и самим человеком, эго потребляет жизнь физических тел людей для своего собственного существования, выступая в качестве паразита. А чтобы держать человека в невежестве, в состоянии «дойной коровы», эго придумало различного рода уловки.

Одной из таких уловок является ***жизнь в долг***. Когда личностные амбиции намного превышают реальный потенциал сердечной силы человека, то человек, не помня ценности и уникальности своей жизни, отдает её на откуп системе эго, взамен получая материальные «блага». Но при этом не становится богаче или сильнее, т.к. в подобном состоянии бытия, когда существует дефицит сердечных человеческих энергий, «блага» не приносят желаемого результата, не делают «счастливее» их обладателей.

И подобной скачке за «счастьем» в эго-системе (взял взаймы у друзей на машину или квартиру, знал, что вернуть не сможешь; украл, обманул) в лучшем случае всю жизнь будешь работать на кредитора, в худшем же потеряешь то, чем действительно обладал по праву рождения – собственную жизнь. Законы обратной связи и справедливости никто пока не отменял, поскольку они имеют Божественную природу. А незнание законов, как известно, не освобождает от ответственности.

Можно возразить, что, мол, все так живут. И одному человеку с подобной системой не справиться. А с ней и не надо справляться. Её просто нужно лишить опоры. Ведь любая система не может существовать сама по себе, не имея своих адептов (материальных носителей). Если каждый из нас примет решение больше не поддерживать подобную систему взаимодействий, а жить по человеческим Законам, то тогда такой системе будет просто не на кого опереться, и она лопнет, как мыльный пузырь.

Арина Савенкова

Дружба

Дружба – это, в первую очередь, ***взаимопонимание***, которое необходимо для выстраивания гармоничных взаимоотношений с людьми и миром.

Вы наверняка часто были в такой ситуации, когда разные люди под одними и теми же словами понимают совершенно разные вещи, т.е. вы говорите вроде бы об одном и том же, а каждый подразумевает своё.

И уж, конечно, вы обращали внимание на то, как часто это проявляется при взаимоотношениях между людьми разного пола, а происходит это, наверное, из-за того, что мы очень разные. Чтобы гармонично взаимодействовать друг с другом, надо с раннего детства культивировать в себе человеческие качества и состояния, например, уважение к людям и, в первую очередь, к себе, ведь, не уважая себя, вы не сможете проявлять уважение к другим.

Дружба – это основа всего. Однако все по-разному понимают её. Некоторые рассуждают так: если ты мне друг, значит, ты мне должен, далее идут различные варианты: отдать последнее, не вспоминать долги и т.д. ***Настоящая дружба не имеет ничего общего с потребительством***, дружба требует проявления человеческих качеств, вытесняющих эгоизм.

Дружба возможна только между открытыми, честными, бескорыстными и чуткими людьми. Друзья интересны друг другу, они всегда приходят друг другу на помощь,

помогая разобраться в причине, которая привела к той или иной ситуации.

Другом можно назвать человека, которому ты доверяешь как себе (или даже больше), в котором уверен, с которым у тебя полное взаимопонимание. У друга те же интересы, стремления и желания, но всё-таки вы разные и этим интересны друг другу.

И помните: ***привлекательные люди притягивают привлекательных людей***, так что начинать надо всегда с себя! И если вы будете всегда поступать с другими так, как хотите, чтобы поступали с вами, то жизнь ваша очень скоро изменится!

Валерий Сорокин (мл.)

Духовность

Чтобы начать жить духовной жизнью, не ждите, когда все дела устроятся, ибо ничего никогда окончательно не завершается: всегда есть что-то такое, что требует забот. Вы женитесь, переезжаете в новый дом, рождаются дети. А после детей – внуки… и так будет бесконечно…

Следовательно, не ждите, когда устроятся ваши материальные дела, чтобы начать духовную жизнь. Более того, именно благодаря духовности вы найдете наилучшее решение всех проблем, которые встают перед вами каждый день, ибо вы будете сильнее, терпеливее, мудрее, дальновиднее. Только не впадайте в крайности. Каждое человеческое существо, которое хочет развиваться, должно найти именно такое равновесие, чтобы жить в мире людей, иметь с ними взаимоотношения и, в то же время, первое место отводить главному – Духу и Душе.

Каждому придётся себя изучить, учитывать свой темперамент, призвание. А потом приложить все силы к тому, чтобы уравновесить в своей жизни духовное и материальное.

Истинно духовный человек – это тот, кто понял, как Дух работает над материей. Используя всё, что природа дала в его распоряжение, он ставит эти данные на службу высшему идеалу для себя и для других. При этом исключается эксплуатация животных, деревьев, гор, рек, морей и т.д.

Духовность – это не только молиться, медитировать и получать интересненькую информацию, но и ***чётко видеть побудительные силы, которые подталкивают к действиям***. Для того чтобы стать духовным человеком, нужно раз и навсегда решить вопрос о Цели и средствах, ибо здесь заключены все недоразумения и заблуждения. Надо спросить самих себя: к чему мы стремимся? За счёт какой силы что-то делаем?

Даже физическая деятельность может стать духовной, если суметь ввести в неё Божественный элемент. И наоборот, духовная деятельность может стать крайне прозаичной, если она не нацелена на высший идеал. Все, кто под предлогом духовной жизни оставляют всякую работу на физическом и социальном плане, на самом деле являются лентяями, а не духовными людьми.

Духовность состоит ***не в отказе от физической и социальной активности, а в умении её использовать для того, чтобы ощутить свою связь с Богом. Духовность связана с любовью, волей, с осознанием своего Божественного предназначения***.

Духовный человек знает, что повседневные задачи надо выполнять как можно лучше. Если пренебречь проработкой неприятных ситуаций, то произойдет остановка в развитии. Когда снова приходится возвращаться к недоработанной проблеме, то стоит обратиться за помощью к своему инструктору (наставнику, другу...).

В семьях иногда одни члены проявляют духовное устремление, а другие их не понимают и не поддерживают. При этом всем понятно, если один член семьи внутренне

обогатился, то от этого богатства выигрывает вся семья. Тот, кто выбирает духовность, должен проявлять свой разум и способности для примирения всех остальных.

Не надо под предлогом духовной жизни пренебрегать своими семейными обязанностями и постоянно заниматься назидательными разглагольствованиями. Надо ***устанавливать в семье гармонию***, не впадая в фанатизм, а ***оставаться сердечным и понимающим***. Нужно направлять своих близких на Путь развития собственным примером, с помощью ласковых слов, нежности и терпения. Духовный человек знает, что все существа в мире связаны между собой. Вопреки видимости, разделения не существует. Всё взаимосвязано. Поэтому каждый из нас влияет на всех в мире не только своими действиями, но мыслями и чувствами.

Духовный человек принимает на себя ответственность за людей и события в окружающем мире. Совершенствуя себя и управляя собой, он совершенствует мир и управляет событиями в нём.

Валентина Колемасова

Жалость

Я долго подходила к такому прекрасному качеству, как ***жалость***. Постоянно откладывала на потом работу с ним, так не хотелось его замечать в своём теле, да и просто не могла его заметить. Ведь оно хорошо замаскировалось и постоянно пряталось от меня. Но мне всё-таки удалось ухватить свою жалость за хвост и разобраться с ней.

Порой бывает жалко себя, особенно тогда, когда на кого-то обиделась, в чём-то себя обвинила или тебя обвинили. Вот тут и проявляется жалость к себе по полной программе. Подкатывает ком к горлу, из глаз текут слёзы, и моей жалости так становиться хорошо, так хорошо, что не хочется никого видеть. Хочется побыть одной, полежать, делая вид, что страдаешь из-за того, что обидели или обвинили ни за что. Они такие неблагодарные, а я так старалась, так старалась. И что же из этого получается: мою волю просто берут под контроль те, на кого я обиделась, становлюсь я от них зависима, сижу у них на крючке и делаю то, что мне говорят, т.е. становлюсь рабом-зомби. О Боже! До чего доводит меня моя жалость: до рабства.

Жалко себя бывает и тогда, когда необходимо сделать волевые усилия над собой, сразу находится сто причин для того, чтобы не делать. Получаешь такое удовлетворение от того, что нашёлся способ не делать необходимое. А я вроде как бы и ни при чём – это всё моя любимая жалость, надо мной шутит, вот и не напрягаешься, жалко себя и появляются ***сомнения*** (а вдруг у меня ничего не

получится, а вдруг я не справлюсь или не выдержу), т.е. мою жалость подпитывают сомнения. В моём теле в это время начинается раздражение, угасает искра стремления, желания остаются нереализованными и появляется уныние, ничего не хочется делать. Вот так жалость из меня вытягивает ту силу, которую я наработала, и приходится всё сначала: стараешься всё преодолеть, опять идёт набор силы, а как только проявилась жалость в моём теле, всё опять теряешь. И так всё это движется по кругу. Пора бы с этим кончать, ничто не должно стоять на моём пути, уводя сторону.

У жалости есть ещё и другая сторона – это ***жалость к другим***. Помню, в детстве я смотрела фильмы про басмачей. И так жалко было лошадей, когда их убивали, слёзы у меня текли ручьями, папа объяснил мне, что это кино, что все останутся живы, но мой детский разу понимал другое: ему не жалко была людей, которые понимали, что делают, т.к. сами затеяли войну, а вот лошадей вели на эту войну, и так их было жалко!

И только сейчас я поняла, что жалость родилась вместе со мной, она уже была в моём теле, и процессе жизни моя мама очень хорошо показывала, что такое жалость. Она постоянно всех жалела и, соответственно, её тоже все жалели. Шёл взаимообмен энергиями, а я, как её любимая дочка, училась у неё этому искусству, ловила от этого кайф, а личность моя любит кайфовать – это такое удовольствие для неё.

И что же делать мне со своей жалостью? Я не хочу, чтобы она проявлялась в моём теле, значит, её необходи-

мо взять под контроль, не давать ей проявляться, быть решительной: приняв решение, действовать так, как говорит моё сердце. При этом необходимо усилить волю, очистив её от всех тех, кто меня держит под своим контролем, освободить её от чужих энергий. Благодаря этому моя воля будет принадлежать только Богу, и тогда все мои действии будут идти от Бога.

Александр Серебрянников

Жалость к себе

Жалость к себе относится к качествам эгоизма. Ни для кого не секрет, что это качество не делает человека сильным, здоровым и радостным.

Жалость к себе – это взгляд на себя как на слабое, беспомощное и ни на что не способное существо. Жизнь прожита зря. Все попытки достичь чего-то окончились неудачно. Да, в общем-то, и попыток как таковых не было, а так, размышления. А чего вообще достигать, если ни на что не способен?

Ну как, знакомая картина? Знакомая… А ведь многие, и даже очень многие пребывают в таком состоянии. Пенсию не платят, работать тяжело, муж ушёл к другой, выпить хочется, а не на что и т.д. – жалость к себе всё время рядом.

В чём заключается суть этого состояния? Там, где эго не может подпитаться открыто, оно подпитывается скрытно, за счёт ресурсов физического тела самого человека и других людей. Через жалость к себе, оно это и делает. Человек, находящийся в состоянии жалости к себе выглядит весьма печально. У него тусклый грустный взгляд, лицо выражает страдание и печаль. Голова опущена вниз, на глазах выступают слёзы. Он не слышит никаких положительных советов, т.к. полностью замкнулся на себя, а точнее на свою проблему. Проблема настолько глобальна, а он настолько ничтожен и мал, что куда ему тягаться с ней! Эти мысли бродят у него в голове, и ещё больше угне-

тают, и еще больше убеждают его в своей ничтожности. Ему хочется крикнуть сквозь слёзы: «Люди! Ну, что же вы не видите, какой я несчастный, какой я бедный?!» Эта жалость настолько велика, что заполняет собой всё его существо. Он сдерживается, понимает, что смешон, и ещё больше замыкается в себе.

На этом фоне дискомфорт всё больше усиливается, силы тают, а жалость к себе становится просто непреодолимой, и, наконец, он кричит во весь голос или просто делится с кем-то всем этим. Его окружают сочувственные лица людей, слышатся голоса: «Да, бедненький, как ему тяжело, мне его так жалко…» И наступает временное облегчение. Но ненадолго. Ведь всё осталось по-старому. И он продолжает верить, что действительно ничтожен и неспособен ни на что, а проблема действительно ужасна и неразрешима… И всё повторяется по кругу…

И если вдруг хоть кто-нибудь скажет ему, что ему следует делать, чтобы изменить существующее положение, он лишь махнёт рукой: «Ах, вы надо мной смеётесь. Что я могу сделать?»

Вот так и утекает жизненная сила человека в сторону эго. И жизненная сила тех людей, которые жалеют. Ведь они таким отношением закрепляют в человеке его негативный взгляд на себя.

У человека, пребывающего в жалости к себе, начинаются проблемы со здоровьем. Появляются боли разного характера. В первую очередь, страдают зрение и мозг, т.к. существует негативный взгляд на жизнь и негативные мысли. Сердечная система, поскольку идёт постоянный

отток сердечной энергии и пребывание в негативном эмоциональном состоянии. Частые простуды и постоянный насморк, ведь человек испытывает состояние, созвучное постоянному плачу. Также слабость и повышенная утомляемость. Блокируется воля, т.к. идёт активный отток жизненной силы тела в сторону эгоизма.

В социальной жизни нелегко иметь дело с человеком, пребывающем в состоянии жалости к себе. У него негативный взгляд на мир, его приходится долго убеждать в возможности положительного исхода дела. Он не верит в свои силы, может в самый решительный момент уйти, сказать, что всё надоело.

И, наконец, ***трансформация жалости***. Начнём с начала. Жалеющий считает себя слабым и беспомощным. И, как правило, жалость к себе соседствует с завистью к другому человеку, у которого, как он считает, жизнь удалась. Но, во-первых, каков смысл жизни? Может быть, он заключается лишь в достижении материальных благ и удовольствий? Во-вторых, чем ты хуже других? Две руки, две ноги, голова, шея, туловище такие же, как у всех. Удивительно, но люди с физическими недостатками, инвалиды, как правило, живут более насыщенной жизнью, испытывают гораздо меньшую жалость к себе, чем вполне здоровые в физическом отношении жалеющие себя. Так на что же жаловаться? Есть возможность – бери и делай.

Необходимо понять, что видение себя слабым и никчёмным – это лишь твой собственный взгляд. На самом деле, что ты знаешь о своих возможностях? Ведь в твоей жизни были не только поражения, но и победы. Вспомни

о них и похвали себя за эти удачные результаты. Пойми, что точно так же ты можешь действовать и в сегодняшней ситуации. Реши, что ты хочешь, и наметь план действий, тогда у тебя не будет базы для жалости.

Все качества вначале отрабатываются энергетически. Для энергетической отработки необходимо найти то человеческое качество, которое заменит жалость к себе. Это может быть ***чуткость, восприимчивость, лёгкость.*** Или, например, противоположные ей: ***сила воли, активность, удачливость.*** Для энергетической проработки предлагаю такой приём:

В позе со скрещенными ногами ощутить свою сущность и всю массу жалости к себе, которую необходимо преобразовать. Обратиться к своему телу, чтобы с помощью рук оно показало объём этих энергий: руки поставить ладонями друг к другу, они сами разойдутся в стороны на какое-то расстояние. Это расстояние и указывает на количество жалости к себе. Вспомнить, во что ты хочешь превратить это качество и держать внутри образ позитивного, человеческого качества. Ощутить под руками энергетическую подушку. Это жизненная сила, утащенная жалостью, которая должна оформиться в новое качество. Втягивать эту энергию животом внутрь. Руки начнут сближаться. Довести их до полного сближения.

Спросить у тела методом идеомоторики, сколько таких подходов необходимо совершить. Это важно, так как подсознание будет знать, что процесс идёт к определённому результату. Могут появиться боли разного характера, особенно в районе головы и груди, повыситься температу-

ра, усилиться насморк. Это говорит о том, что преобразование идёт. Примерно в запланированное время появится понимание, какие поступки необходимо совершить для дальнейших преобразований.

Параллельно с энергетической работой необходимо активно физически заниматься, практиковать ранние подъёмы, обливания холодной водой. Хорошо делать растяжки – они способствуют вхождению жизненной силы в тело. Как только преобразуется больше 60% жалости к себе, процесс пойдёт самостоятельно. Изменится внутреннее состояние. Усилится вера в себя, начнёт получаться то, что раньше не получалось. Человек поймёт, что нет места для жалости к себе, всё зависит от него самого и от прилагаемых им усилий.

Татьяна Лагуткина

Жалость к себе

Многие люди любят пожалеть себя и предаются этому занятию с огромным воодушевлением и всепоглощающей энергией. Они мастерски отыскивают для этого любые поводы.

У Фрейда есть идея «выгод от симптома». Если что-то сохраняется в вашей жизни долго, значит, это вам нужно. Разбить колено, болеть – чтобы пожалели. Пришёл домой с работы «выжатый как лимон» – ну, кто тут осмелится попросить пропылесосить? На этом основан наивный эмоциональный шантаж. ***Большая часть отрицательных эмоций – это маленький спектакль***. Капризничающий ребёнок берёт на себя роль бедного дитя, а родителям отводится роль нечуткого обидчика. «Никто меня не любит, не жалеет», «Я человек, измученный нарзаном». Отказаться от эмоциональных игрищ – означает лишиться некоторых преимуществ. Как, например, тогда скажешь: «Оставьте меня в покое, вы же знаете, что я вся на пределе! Умру – пожалеете!»

Р. Бах: «*Кто пишет фильм? – Мы. Кто играет? – Мы. Кто оператор, киномеханик, директор кинотеатра, кто смотрит, чтобы всё шло своим чередом? Кто свободно может выйти на середину, в любой момент изменить сюжет, кто способен смотреть этот фильм снова и снова?*» Сценарий жизни люди начинают создавать в детстве с помощью своих родителей, исполненных благих намерений по отношению к своему ребёнку. От того, как близ-

кие люди ведут себя с ребёнком зависит бессознательный выбор стратегии его поведения. Если ребенок старается завоевать привязанность окружающих, чтобы опереться на них и чувствовать себя в безопасности, то у него вырабатывается потребность присоединиться к самому сильному в семье, он пытается завоевать его любовь, одобрение. Он постоянно нуждается в поводыре и руководителе, который взял бы на себя ответственность за все его действия. В отношении себя превалирует чувство жалости и ощущение собственной слабости. Такой человек зависим от окружающих, самое страшное для него – это остаться одному. Его воля уже ему не принадлежит, а принадлежит другому человеку, более уверенному и сильному, он вынужден выполнять не свои желания, а желания другого человека.

Все стремления направлены на достижение максимальной безопасности (защиты), и все потребности формируются для этой цели. Жалеющий себя учится соответствовать желанию окружающих, чутко улавливать «куда ветер дует» и занимать нужное положение. Похвала окрыляет, а критика воспринимается как трагедия, которая неумолимо заставит чувствовать себя несчастным, обиженным, становясь важнее самого человека. Анализа критики при этом не происходит. ***Жалость полностью отвергает всякую логику. Все силы уходят на борьбу с переживанием, попытками «прийти в себя».***

Потребность в других является фактором постоянной тревожности. Жалеющий себя нуждается в любви, привязанности, хотя, как правило, не способен на настоящую

любовь и близость, подменяет её манипулированием, руководствуясь словом «Хочу». В семье, в которой давно нет любви, но есть материальный стимул для сожительства, жалость к себе постоянно заставляет идти на компромиссы. ***Чувство жалости не допускает прихода настоящей Любви.*** Жалость трансформирует приходящую любовь в разрушительные качества (обида, недовольство). Набор отрицательных качеств блокирует горловой и нервный центры и препятствует искреннему общению людей. Утверждение своего превосходства на уровне слова, ирония, пренебрежение, ворчание, злорадство, обзывание, обвинение – эти качества проявляются при отсутствии искренности.

Долг каждого – прожить свою жизнь с ответственностью за свою судьбу. Жить осознанно или нет – это наш выбор. ***Многие из тех, кто напряжённо ищет себя, на самом деле боятся однажды себя найти и не обрадоваться***. А вдруг это знаменитый ящик Пандоры, который лучше не открывать! Я – это то, что я о себе думаю (вовсе не обязательно то, что есть на самом деле).

Большинство людей привыкает считать, что кто-то другой или общество в целом решает за них, что хорошо, а что плохо, что правильно, а что нет. Опора не на себя, а на других или обстоятельства. Очень удобно – не надо брать на себя ответственность. Всегда можно сослаться на обстоятельства: «А что я мог сделать?» ***Свои успехи и планы ставятся в полную зависимость от других людей, стечения обстоятельств, считая себя игрушкой в руках судьбы***. В любой сложной ситуации начинают искать, на

кого бы переложить вину за собственные неприятности.

Люди, жалеющие себя, просто боятся ***оставаться наедине с собой.*** Они не способны понять, что их одиночество – не результат трагического стечения обстоятельств, а продукт их собственного ***эгоцентризма,*** перекрывающий им возможность искреннего общения с людьми.

Для того чтобы ходить самостоятельно, нужно отбросить костыли и опираться на себя, свои собственные решения. Если человек усвоил, что он неудачник, несчастный, то тут проявляется механизм «самосбывающегося пророчества». У него опущенные плечи, уныло-озабоченная физиономия: «Смотрите, как мне не везёт». У такого человека блокируется воля, ослабляются все органы, т.к. энергия жалости находится в головном мозге и управляет его работой. Такой человек не способен концентрировать внимание на усилиях. ***Лень, поиск кайфа – вот что составляет его жизнь***. Раз за разом он предаёт себя, заглушает настоящую жизнь и как страус прячется в ворохе стереотипов, которые проявляются закомплексованностью, неудовлетворенностью собой, невротичностью, враждебным отношением к окружающим.

Люди спокойные, уверенные в себе, как правило, доброжелательны. Они воспроизводят эту доброжелательность в следующих поколениях. Их дети легче строят гармоничные отношения в собственной жизни. Нужно учиться создавать новое, и ребёнок должен видеть, что вы это умеете. Нужно быть безжалостным к себе и своим слабостям, применять физические нагрузки, бег, облива-

ния холодной водой. Поменять жалость на решение справиться с ситуацией. Настраивать себя как музыкальный инструмент, подтягивая струны*.* ***Не разрывать время, отделяя прошлое от настоящего***. Люди, ориентированные на прошлое, пользуются им для объяснения причин своих нынешних неудач. Для них характерно чувство раскаяния, жалости к себе. Они жалуются на родителей, невезение, без устали копаясь в ошибках и обидах. Время относительно, оно зависит от нас. Мы можем его положить на ладонь, разжать пальцы и смотреть, как оно утекает, а потом жаловаться на его нехватку.

В жизни законченного идеала не существует, предела совершенству нет. ***Нужно принять себя, осознать своё несовершенство, чтобы было куда идти***. Принять себя означает ещё одну важную вещь – ***принять других***.

Единственная реальная опора человека – он сам. ***Благодарить судьбу***, а не сетовать, что вода мокрая, а камни жёсткие. ***Воспринимать свою жизнь как способ развития, а не наказание.***

Как уже было ранее сказано, энергия жалости находится в головном мозге. Как же себе помочь активизировать работу мозга? Одно из восточных боевых искусств Шоу Дао («Воздушный путь») включает любопытное упражнение «Журчание воды в глиняном кувшине». Относится оно к методике самолечения вибрациями собственного голоса, имитирующими полоскание горла. Цель этого упражнения – превратить хриплые, гнусавые звуки голоса в чистые и звонкие, т.е. совершенствовать тональность и тембр голоса.

Но не только это. Древнекитайские врачи считали, что горловые вибрации, имитирующие звук полоскания, стимулируют железы внутренней секреции, что делает обмен веществ более интенсивным.

Упражнение «Журчание воды в глиняном кувшине» стимулирует кору головного мозга и активизирует процессы мышления. Происходит своеобразный массаж мозга, что благотворно влияет на умственную деятельность.

Энергия жалости, трансформируя приходящую силу любви в отрицательные качества, блокирует горловой и нервный центр. В связи с этим могут возникать нарушения в работе щитовидной железы. Гормоны щитовидной железы выполняют жизненно важные функции. Когда тиреоидных гормонов, т.е. тех, которые способствуют накоплению в организме энергии, недостаточно, то функция щитовидной железы снижается. У таких людей пониженная температура тела, особенно по утрам, сердце бьётся с частотой 60-64 удара в минуту, иногда возникают отёки. Человек становится вялым, заторможенным. Когда щитовидная железа не вырабатывает нужного количества гормонов, то в организме не хватает йода. Проявления йодной недостаточности выражаются в подавленном настроении, сонливости, забывчивости, ухудшении памяти, внимания, снижении интеллекта. Существует ещё ряд симптомов соматических расстройств сердца, лёгких, почек, половых и иммунных органов и т.п.

Восполнить нехватку йода помогут различные морепродукты и, прежде всего, морская капуста, морская соль, йодированная поваренная соль (препарат «Йодактив»).

Черноплодная рябина накапливает в своих плодах значительное количество йода. В качестве дополнения при лечении гипотиреоза рекомендуются растительные средства.

Лимон с мёдом: 1 стакан протёртого с кожурой лимона перемешать с 1 стаканом мёда. Принимать 3 раза в день, в течение длительного времени.

Грецкие орехи с мёдом. Размолоть 3-4 грецких ореха и смешать с 1 столовой ложкой мёда. Принимать утром натощак в течение длительного времени.

Ежедневно в течение пяти минут делать ***массаж рефлекторной зоны***, которая огибает основание большого пальца на обеих стопах.

Выполнять ***асаны***: 1) стойка на лопатках; 2) поза рыбы; 3) поза получерепахи; 4) стойка на голове.

Ольга Комиссарова

Жертва и жертвенность

Жертва – всегда страдающая. Состояние жертвы – ***жертвенность***. Это состояние ведёт к саморазрушению, т.к. всё время растрачивается на страдания (искупление грехов и т.д.) и тело отдаётся в жертву обстоятельствам (нехватка времени, сил, знаний, денег, желаний и т.д., и т.п.). Существуют два вида жертвы:

1) Глобальная – ***мазохист***, который принимает на себя все «грехи» (читай: «чувство вины»), т.е. приносит себя в жертву за то, что уже сделано и будет сделано в мире. Попросту сказать – это глупость, которая называется ***важностью***. Такая важность обвиняет себя во всех грехах, чем и стремится возвыситься над другими.

2) Жертва – скрытый ***садист***, который ни за что не несёт ответственности, даже за содеянное собственными руками. Такого рода жертва обвиняет кого угодно, только не себя.

Тот, кто ощущает себя жертвой (обстоятельств, ситуаций и т.д.), думает, что тем самым освобождает себя от ответственности за свою роль в ситуации. В этом случае роль жертвы – роль труса. Личность совершает подлость, а потом разыгрывает из себя невинную жертву обстоятельств. А если не несёт ответственности, значит, она способна предавать, обвиняя при этом всех. У жертвы всегда есть «алиби» – самооправдание (в форме жалости, увеличения зарплаты, возврата к себе «любимого» человека и т.д.), которое направлено на извлечение из ситуации выгоды в свою пользу.

Жертва ощущает себя никчёмной и бестолковой. Из глупости и тупости растёт самомнение и важность. Нежелание преобразовываться превращает человека в жертву развития и совершенствования. А когда Божественные Силы и окружающий мир пытаются помочь человеку измениться, этот человек начинает считать, что на него оказывают давление.

Подсознательно жертва всегда хочет иметь что-то взамен: признание, славу, деньги, внимание, жизненную силу...

Жертвенность очень выгодна вампиризму и важности. Если жертва не получает того, что ей, по её мнению, полагается, то она начинает мстить за принесённый ей ущерб.

Жертва предаёт, чтобы избежать ответственности. жертва инфантильна. Жертва бывает жертвой чего угодно: обстоятельств, времени, возраста, отношений в семье и т.п. и даже жертвой самой себя.

И если человек не захочет вырваться из «заколдованного круга», то последнее для него – это разряд самоубийц.

Елена Свистунова

Жертва: выход из состояния

Начала культивировать открытость и поняла, что не хочется открываться, страшно, что обидят, заплюют, затопчут нежную мою Душу, потому как раньше так бывало. Итак, проявился ***синдром жертвы***.

Из-за чего же он появляется? С детства нас учат быть хорошими девочками и мальчиками, быть добрыми, честными, справедливыми, короче, правильными. А энергиями снабжают обычно несколько другими. Таким образом, в детстве, бывало, дёрнут тебя за косичку – быстренько развернёшься и "Бац!" обидчику по голове учебником. Это, по-моему, обычная реакция. А в другой раз обидят мальчишки постарше, и стерпишь всё, ведь ты правильная девочка: не дерёшься, матом не ругаешься, ты выше всего этого, да к тому же отличница и пионерка.

И вот так с помощью трусости и стереотипов нарабатывается синдром жертвы. Да тут ещё бабушка любимая подзуживает, капает на неокрепшую детскую психику: "Бедненькая, маленькая, все тебя обижают…" и море слёз в придачу. И получается, что это состояние строится на трусости и предательстве (забвении себя). Оно отделяет человека от его Божественной Сути и косвенно способствует выращиванию зависти, страданий, обиды, жалости к себе, ревности.

А главное, человек одевает на себя маску, вторую личину – обычно добродетельного, правильного, христианизированного человека-куклы с грустной улыбкой

и печальными глазами, и привыкает к ней. А скучнее и тоскливее правильных зануд людей не бывает.

В подростковом возрасте, чтобы прикрыть серость, подросток начинает активно самоутверждаться, компенсирует комплексы мерзкими развлечениями, изображая из себя крутого, так сказать. А у крутого внутри – ничего, а снаружи – напыщенно. В общем, подросток ещё дальше отделяется от своей Сути и забывает, какой он.

У взрослых бывают ситуации, когда человеку говорят что-нибудь обидное, оскорбительное, а он смалчивает. Он же выше всего этого. Он же "хороший". Но он не может быть самим собой и всё просчитывает, как правильно (в связи со своей добродетельной маской) поступить.

Если же человеку надоело такое положение вещей, он должен выяснить, почему это с ним происходит.

Если есть энергия обиды, то чуткие друзья не пропустят момент, чтобы обидеть, раз человек обижается – его обижают.

Если есть страх, что обидят – то обязательно обидят.

Если есть настроенность на неудачу, то она не замедлит явиться.

Возможно, следующие скромные подсказки помогут бедненькой жертве стать сильным, бесстрашным, открытым и доброжелательным человеком.

Все мы помним, что гибкость, позитивный взгляд и юмор помогают разрешить любые ситуации. К примеру, в доме, где вы работаете няней, хозяин квартиры никак не хочет выносить мусор. Вы в очередной раз просите его это сделать, прежде чем он уйдёт на работу – он же пред-

лагает это сделать вам самой. Если же вы не хотите выносить мусор, то есть 2 варианта:

1 вариант жертвы: начать ещё больше уговаривать хозяина, перейти на умоляющий тон… и в конце концов, оставшись без сил, самой вынести этот мусор.

2 вариант: правильно оценив ситуацию, кинуться к ногам хозяина (подняв двумя пальцами одну его ногу) и сказать: "Хорошо! Хорошо! А вот носочки зашить не надо? Или шторочки постирать? А-а!? А ведь я же и накрахмалить могу. А может, капустки на зиму засолить или огурчиков помариновать? Мне ж "тут делать-то нечего, скучаю…".

Если субъект не совсем непробиваемый, то может подействовать или… придётся выполнить всё, что наговорила…

Или, например, на работе у вас пока ещё не всё хорошо получается. И вот звонок – ваша начальница берёт трубку, сообщают что-то гадкое про вас. Ваша начальница начинает строго на вас смотреть. А взгляды всех остальных сотрудников также начинают источать подозрение и, мягко говоря, недоброжелательность к вам. Наконец, закончив разговор и положив трубку, начальница спрашивает: «Это ты сделала?.. сказала так-то?..» и т.п.

1 вариант ответа жертвы: «Нет, нет только не бейте, всё расскажу. Это не я, я этого не говорила…» (Кстати, на самом деле вы здесь ни при чём).

2 вариант*:* «Вы все так меня любите, так мило на меня смотрите, но так как я работаю у вас козой отпущения, то должна выполнять свою работу – так что я там на-

творила в очередной раз?» (При этом взяться за блокнот с ручкой).

Или ещё пример: ваша подруга обращается к вам шутя (достаточно распространённая ситуация): “Что же ты так мужа своего ревнуешь, может, мне твоим Ивановым (Петровым, Сидоровым…) заняться? – спрашивает она с издёвкой.

1 вариант жертвы: «Ну что ты (умоляюще посмотреть на подругу), зачем, не надо, мы только-только жить по-нормальному начали, на пенсию вышли» (шутка).

***2 вариант**:* «Ты же знаешь, что я злодейка ужасная, ты, конечно, попробуй, но ведь у меня руки длинные (могу удавить тебя), да и зубы недавно запломбировала (покусать), а завтра пойду маникюр делать (чтобы твоё милое лицо расцарапать)…

Бывают ситуации, когда вы и вправду что-либо натворили, тогда надо просто впитывать с благодарностью недовольство оружающих, но не впадать в чувство вины, самобичевание и бичевание других. Чувство вины ещё никого не спасало и не возводило на небеса духовности.

Если вы по каким-то причинам ощущаете эмоциональный дискомфорт, примите эту энергию как дар и воспользуйтесь ей в своих целях, не обижаясь и не раздуваясь, как мышь на крупу.

Ещё пример ситуации с мужем. Мудрые люди знают такой анекдотичный случай с новогодней ёлкой: Жена говорит мужу, чтобы он вынес ёлку на помойку (дело было в мае). Муж в очередной раз не реагирует. Тогда она, будучи гибкой женщиной, говорит: “Хорошо, милый, не выноси

ни в коем случае – мы сэкономим. Пусть стоит до декабря”. Или, например, мужчина сгоряча накричал на Вас.

1 вариант жертвы: расплакаться, запричитать, что всегда он так, она (жертва) ему всю жизнь отдала (как ещё до сих пор жива – непонятно), а он?!..

2 вариант: сделать круглые от восхищения глаза и сказать: “Какой же ты сегодня удивительно необыкновенно чуткий и обходительный! Как мягок и уступчив твой тон, а твои чудесные манеры! Они дают повод не только моему восхищению и восхвалению, но и… – и так не меньше 15 минут – мужчина в следующий раз подумает, прежде чем на вас кричать.

Следует отметить, что подобное поведение нужно будет вам только на определённом этапе. Задача – повести себя неординарно и нетрадиционно для жертвы, оригинально, смело и весело.

Вспомните фильм “Маска”. Герой был вначале в подобном положении жертвы-неудачника, и у него оказалась маска ночного Бога Озорства. Когда он попробовал не быть жертвой, то просто стал другим.

Хорошо не быть жертвой! Ведь жизнь дана для радости, счастья и любви! Кстати, лучшая защита от всего негармоничного – это излучение Любви!

Татьяна Лагуткина

Зависть

Зависть получает питательную среду в косном, застойном обществе. Единообразие быта, похожесть мыслительных процессов, характерные для такого общества, способствует подавлению любого превосходства над общим уровнем.

Принцип зависти – ***непременно иметь то, что имеет другой***, не допустить превосходства другого над собой, лишить того, кому завидуешь, предмета превосходства. Человек, считающий, что он занимает более низкое положение, эмоционально переживает, испытывая чувство досады, раздражения, злобы и ведёт себя так, чтобы разрушить, устранить предмет зависти.

Зависть – враждебное чувство. В основе её лежит сравнение, оценка себя с другими людьми. Если сравнение происходит не в пользу сравнивающего, то уважение к себе падает. Человек воспринимает себя как менее достойного или недостойного, концентрирует внимание на жизни других. Он во все глаза наблюдает, что сказали, что сделали, во что одеты, что купили...

Возможности для сравнения не беспредельны. Завистник, как правило, сравнивает своё положение, свои достижения с близкими ему по возрасту, социальному положению и т.п. Недаром говорят: “Гончар завидует гончару и не завидует королю”. Близость делает подробности жизни более обозримыми, доступными для сравнения и анализа. Большие различия редко вызывают зависть.

«Съедают» завистника, в основном, небольшие различия. Чувство зависти пробуждается из-за невозможности достичь того, чего добился близкий, реальный конкурент. К зависти склонны люди честолюбивые, тщеславные, ленивые, эгоистичные.

В основе зависти лежит восхищение достоинствами и достижениями другого человека. "Зависть – это восхищение, которое притворяется," – говорил Кьеркегор. «Тот восхищённый, который чувствует невозможность счастья, берёт на себя роль завистника". Конечно, вовсе не обязательно, чтобы в зависти присутствовало восхищение.

Злобная зависть – это стремление отнять, разрушить то, что имеет другой. Незлобная зависть стремится добиться того же, стать таким же, как другой. Общее у той и другой зависти – желание преодолеть неравенство. Зависть – это собственное бессилие и осознание безнадёжно низкого своего статуса. Если завистник не может преодолеть неравенства, то он старается унизить соперника, низвести его до своего уровня.

В фольклоре, в художественных произведениях зависть осуждается как сила, несущая разрушение, разлад, конфликты. Она выполняет защитную функцию для личности (маскировка некомпетентности, стремление к равному положению). Зависть обрекает на одиночество, т.к. сам завистник становится скрытным, тревожным, жалеющим себя. Его обуревают чувства неполноценности и недовольства.

Зависть стремится умалить, принизить достоинства, таланты другого, т.к. талантливая работа выходит за пре-

делы дозволенного своей самобытностью, создавая угрозу обычной рутинной работе, может нанести ущерб карьере, уменьшить популярность, бросить тень на репутацию, затмевает. Завистник обеспокоен не тем, чтобы воздать по заслугам талантливому человеку, а тем, что у него, завистника, нет такой работы.

Чужое превосходство люди часто принимают неохотно. Об уровне развития следует судить по тому, способен ли человек без зависти и раздражения признать чьё-либо преимущество. Эмерсон когда-то сказал: "Каждый человек, которого я встречаю, в каком-то отношении превосходит меня, и в этом смысле я могу у него поучиться". Сравнивая себя с другими, вы всегда найдёте повод для огорчения. Сравнивайте свои достоинства и достижения со своими же собственными. Если вы добились большего, чем вчера, значит, вы преуспели. У каждого из нас есть резервы роста – источник радости и удовлетворения.

Надо помнить, что зависть – это негативный источник, разрушающая сила, ущербное чувство, пытающееся заполнить пустоту или компенсировать недостаток. Зависть – отсутствие внутреннего равновесия и гармонии. Реже всего она возникает у независимых людей, увлечённых собственными, а не чужими делами.

Однажды, беседуя с одним человеком, Унамуно сказал ему: "Самая для меня симпатичная ваша черта, что я ни разу ни заметил у вас намека на зависть". "На зависть у меня просто не хватило времени, – ответил ему собеседник. – Меня так занимает дорога, по которой я иду, и так волнует вопрос, куда она меня приведёт, что не остаётся

времени глядеть на чужие дороги и бояться, не продвигается ли по ним кто-нибудь быстрее, чем я по своей".

Наши эмоции вырабатываются без участия сознания. Для того чтобы испытать зависть, ваш ум должен, во-первых, сравнить себя с другим человеком, во-вторых, посчитать его подобным себе, в-третьих, обнаружить, что сравнение не в вашу пользу. Именно результат этих трёх умственных операций создает непременную эмоцию, именуемую завистью. Если хотя бы одна из этих операций выпадет, то зависть не сможет возникнуть.

Если сознательно отказаться от сравнения, это сделает невозможным возникновение зависти. При этом теряется примитивное чувство гордыни, которое возникает в случае, если сравнение в вашу пользу. Если не считать человека подобным себе, таким же, как вы, то зависть становится невозможной. Тот же эффект будет, если вы его признаете уникальной индивидуальностью. Осознание зависти даёт вам возможность сравнивать или не сравнивать, считать другого подобным себе или нет. Расширение сознания состоит в том, что человек начинает осознавать умственные действия, порождающие эмоцию, которую он ранее совершал автоматически, привычно, а значит, бессознательно.

Фёдор Морозов

Зомбизм

Проснулся я внезапно, как от толчка. В голове как-то странно гудело. Внутри послышался тихий и вкрадчивый голос: «Спокойно, Вася. Теперь будем работать вместе. ...В подвале дома напротив генераторы работали уже на полную мощность».

Согласитесь, начало захватывает. Впору для фантастического триллера. Однако подобные заголовки появляются в последнее время в прессе настолько часто, что невольно призадумаешься: «Вдруг, правда?» Но, махнув рукой, забываем об этом и спокойно отправляемся по своим делам. Действительно, чего в газете не напишут, да ещё в наше-то время. А хоть бы даже и правда – всё равно пронесёт.

Милые дорогие друзья. Как профессиональный зомби тихим и вкрадчивым голосом уверяю: «Вас уже не пронесло». Более того, имею смелость заявить: зазомбированы вы все, и давно. Не беспокойтесь: сушёные лягушки, святая вода и Кашпировский вам не помогут. Лучше спокойно и без предрассудков разобраться в сути явления.

Итак: ***зомбизм***, что же это такое? Предполагая существование некоего «учебника юного зомбатора», возьмём из него несколько определений:

«Зомби – материальный объект, чьей силой пользуется зомбатор для достижения своих целей, прикладывая при этом минимум собственных усилий. Основные требования:

- минимум самосознания;
- минимум воли;
- минимум интеллекта и эмоций.

Все вышесказанное должно сочетаться с высокой внушаемостью, управляемостью, неприхотливостью и самообеспечением объекта».

Под это определение подходит любой робот. Казалось бы – всё что нужно. Задал программу и работает! Да, это так. Но давайте посмотрим на проблему с другой стороны, а именно – глазами старого и опытного зомбатора: «Сразу видно – не учли затраты на создание, морока с запчастями и т.д., и т.п. Можно было бы мертвецов оживлять, африканские колдуны, говорят, балуются. Да формалина на них море нужно. Иначе нельзя – сгниют. А вот человека подцепить – лучше не придумаешь. Сообразительный такой. Поставишь перед ним задачу – решает, старается. Нужен только механизм зомбирования очень тонкий, чтоб не догадался, что не его это задача. Влетит, пожалуй, в копеечку, но если зомбировать сразу много...? Да, ещё проблема. Помирать ведь от этого начнут. Это тоже разрешимо. Просто внедрить механизм подчинения на генный уровень и даже глубже. И незаметно, и другие будут рождаться уже готовенькие – ещё более послушные. И пускай себе мрут».

Ну, если отставить шутки в сторону, то человек действительно является самым лакомым кусочком для зомбаторов, причем именно потому, что он так сильно отличается от неодушевленной болванки. Возможностей больше, способен развиваться, чувствовать и т.д. Где найти лучше?

Само по себе зомбирование – явление широко распространённое и известное издревле. Вспомните привораживающие наговоры: «На дворе – трава, на траве – дрова, а ты пойди туда – сам не знаешь куда, сделай то – сам знаешь что!» Люби меня, хорошенькую, в данном случае.

Эту схему можно было бы назвать классической. Лицо A навязывает свою волю лицу B, причём B этого никоим образом не замечает. Или же не хочет замечать, так как получает колоссальное удовольствие. И правильно. Ведь B всё-таки может осознать, что он под контролем, а значит, проложить дорогу к освобождению. Так что запасной крючок здесь будет очень кстати: «Да, я знаю. Я – не я, но мне от этого хорошо и приятно».

Встречаются иногда и крепкие экземпляры. На удовольствия не покупаются. Тем и ценны. И стали зомбаторы использовать ещё одну зацепку. Чувствует человек контроль и страшно становится – страшно освободиться. Привык. Боится самостоятельно принимать решения, самостоятельно отвечать за них, действовать от своего имени. Даже сказать себе: «Я зомби», и то страшно. Страх в человеке – самая главная опора для зомбаторов всех мастей и размеров. Идя на поводу у этого качества, человек сам себя зомбирует, готов подчиниться кому угодно и чему угодно.

Однако случаи, когда специально зомбируют людей – не так уж часты. (Исключение составляют, пожалуй, идеологи. Ведь если необходимо реализовать в общем-то нежизнеспособную идею, нужно знать, и как преподнести, и на каких качествах личности сыграть, чтоб ее приняли, да ещё и защищали.)

Основу же составляет, так называемый, бытовой зомбизм, повседневный. Происходит это настолько открыто и люди настолько захвачены собственными эмоциями, что просто не замечают, как попадают под контроль.

Приведу несколько примеров:

• Хулиган в метро. Ситуация до боли знакомая. Не часто находится человек, который одёрнет его. А ведь народа в вагоне много.

• Мальчик разлил чай. Мама закричала: «Безрукий!».

• Или ещё. Папа объясняет сыну задачку: «Вот балбес! Простых вещей понять не можешь! И в кого пошёл?».

Не забывайте. Родительское слово является направляющим и формирующим для ребёнка. Вы с вашим жизненным опытом, авторитетом и, самое главное, с Вашей жизненной силой одним лишь только словом, сказанным эмоционально, можете поставить человеку психологический барьер. И ребёнок будет подсознательно стремиться каждым своим поступком доказать обратное.

А вообще-то я не против зомбирования детей, даже наоборот. Только скажите ему, что он умный, талантливый и задачки решать научится. Зомбаторство – дело нехитрое.

Ещё интересный пример. Образ рачительной хозяйки, которая тратит время на протирку хрусталя, хорошо известен. Частенько этот хрусталь не только не имеет художественной ценности, но иногда и по назначению не используется, не использовался и использоваться не будет. И вообще стоит в серванте в заднем ряду. Подарить его кому-нибудь жалко – своим горбом нажит. А может быть, горб этим нажит?

Ситуаций, подобных вышеописанным, можно было бы привести ещё много. (Про то, как люди курят, пьянствуют, употребляют наркотики, покупаясь на мнимые удовольствия, рассказывать уже не буду.) Если провести их анализ, сразу становиться видно, откуда берутся зомби. Потакание негативным качествам личности, а именно страху, жадности, стремлению к удовольствиям, амбициям, тупости и т.п., приводит к этому. Короче говоря, люди, пестуя и развивая свои негативные качества, занимаются самозомбированием.

Вывод напрашивается сам собой. Живи, не потакая им, развивай в себе другие качества, по настоящему человеческие, и никто зомбировать тебя не сможет. Ни средства массовой информации, ни психогенераторы. Заставить человека сделать что-либо против его воли невозможно.

Уж если по старой привычке и тянет зомбироваться, подойдите к зеркалу и скажите: «Я – Человек. Я – Мужчина или я – Женщина. Я мудрый, я сильный. Я верю в себя!»

Уж лучше сам себя, чем кто-то.

Мария Мирзаянц

Коварство

До пяти лет я росла скромной девочкой. В пять лет я впервые влюбилась, с того момента во мне пробудилось женское коварство.

Коварство – это способ манипуляции людьми, т.е. мужчинами, с целью получения какой-нибудь выгоды. Коварство не брезгует никакими приёмами и методами оболванивания, одурачивания и прочего обольщения. Коварство плетёт интриги, коварство предаёт, коварство прикидывается то скромным, то аристократичным, то человечным. У коварства есть хороший лозунг: «Цель оправдывает средства».

Коварство – изменённое восприятие мира, где правят ложь, обман, предательство. Коварство предполагает потребительское отношение к миру и к мужчинам в частности.

Коварство мне нравится своей изощрённостью, пытливостью, сплетением нестандартных ходов и комбинаций. Конечно, коварство холодно и рассудочно, безэмоционально и очень рассчётливо. Но, поскольку я люблю своё коварство, то ставлю перед ним новые цели бытия: развиваться в аристократичность, обаяние, тонкий юмор, видение процессов, происходящих с людьми.

Иван Немировский

Корыстолюбие

Корыстность (корыстолюбие) – очень «важное» личностное качество. Оно отражает одну из сторон ***потребительского отношения к жизни***. Корыстолюбие – это выстраивание отношений с окружающим миром на уровне купли-продажи. Корыстолюбец старается иметь отношения только с теми людьми, которые выгодны ему в данный момент, и только тем способом, который ему выгоден. Корыстный человек всегда видит свои выгоду и интерес, не обязательно материальный.

Предметом купли-продажи могут быть и отношения людей, и материальные блага. Делая какие-либо действия другим, корыстолюбец обязательно должен получать что-либо взамен. Если «дружба», то взаимовыгодная, если «уважение», то с поклонением и подарками, если «любовь», то тоже в свою пользу. Проявляя это качество, человек реально ни уважать, ни дружить, ни любить не может и то, что он отдаёт без ответных реакций, считает напрасной тратой. Получить что-либо полезное взамен всегда гораздо важнее. Зачем уважать человека, если он вряд ли будет когда-нибудь полезен? Зачем писать стихи и дарить цветы «любимому» человеку, если он вряд ли ответит на твои чувства?

Корыстолюбец не ощущает Божественного начала ни в себе, ни в окружающих людях. Окружающие для него выступают в роли средства достижения личных целей. Ценность окружающих прямо пропорциональна выгоде

от общения с ними. При этом обычно не возникает вопрос: зачем Судьба пересекла ваши дороги.

В ответ корыстолюбец получает ***зеркальное отношение мира и людей***. По каналу корыстолюбия к нему приходят такие же люди, как он сам, и ситуации складываются зеркально. Силы стараются сделать так, чтобы человек увидел себя и изменился. Если он не меняется, то корыстность «приводит» с собой компанию похожих качеств и состояний: мелочность, скупость, зависть, болезни тела, – а в конце концов – могилу...

Но это лишь симптомы болезни. Важно осознать причину и поработать с ней. Причина корыстности – это неуверенность человека в себе и паталогическая нелюбовь к себе как к человеку. Такое отношение часто закладывается ещё в детстве. Если человек ощущает себя недостойным внимания и любви других, он будет стараться «купить» эти внимание и любовь за что-либо, перенося эти отношения купли-продажи в дальнейшие ситуации.

Для трансформации корыстности, прежде всего, нужно изменить отношение к себе. Необходимо осознать, что ты Человек: Мужчина, несущий в мир Божественный Дух, или Женщина, несущая Божественную Душу, и их проявление – могущество. А следовательно, ты интересен, достоин внимания, и это на самом деле реально. Необходимо осознать это. Увидеть в себе интересные, позитивные качества, коих при желании можно отыскать достаточно много. Необходимо полюбить себя.

Любовь и уважение к окружающим и к миру начинается с любви и уважения к себе. Необходимо ***полюбить***

корыстность, которая может показать человеку, что всё в жизни имеет свою цену, и чем больше он вкладывается сердцем в окружающий мир, тем больше любви получит в ответ. При этом в теле человека увеличиваются лёгкость, радость, искренность и сила. Появляется желание дарить людям подарки и возможность наработать в себе щедрость, чуткость и аристократизм.

Андрей Мирзаянц

Корыстолюбие

В самом названии качества скрыт его смысл – «любить выгоду». Желание получить за свои усилия что-то большее, чем вложено. И этим качество определяет необходимость своих действий – стоит ли напрягаться, выгодно ли это?

Причём исподволь корыстолюбие пытается определять и взаимоотношения с людьми, деля их на полезные и бесполезные в смысле получения каких-либо благ материального характера, а также положительной оценки, эмоций и других видов энергии.

Чтобы трансформировать это качество, проведём его краткий анализ.

Корыстолюбие нацелено на ***притягивание и накопление энергии***, т. е. его можно отнести к активным личностным качествам. При надлежащем контроле и использовании его можно поставить на службу активному и созидательному Духу.

Качество сориентировано на «я», «мне» и облепляет восприятие человека как «короста», постепенно сужая до поисков всё более мелких, бытовых интересов.

Базируется корыстолюбие на эгрегорных (социальных и семейных) страхах и предпочтениях. В теле закрепляется в области солнечного сплетения, желудочно-кишечного тракта и голове.

Для преобразования качества необходимо расширить восприятие за рамки личных интересов и категорий так,

чтобы стал виден весь процесс в целом и произошёл приток силы, а затем направить силу корыстолюбия на служение идее созидания. Поставить перед корыстолюбием задачу на подтягивание материальных средств и социальных связей.

Включить в привычные корыстолюбию рамки «моё» предприятие, в котором работаешь. Далее расширить сферу восприятия до размеров Центра, затем всей Земли. Пусть энергии корыстолюбия реализуются, вкладываются в ***усиление общих интересов***.

Для того, чтобы так работать с качеством, нужно постоянно ощущать себя частью большого целого. Работая с качеством, важно сохранять ***адекватность***. Корыстолюбие по своей природе будет пытаться стянуть внимание на поиск выгоды.

Отслеживая проявления корыстолюбия в теле, необходимо практиковать такие решения и поступки, которые идут вразрез с представлениями этого качества, например, делать людям дорогие подарки. Обязательно культивировать честность, порядочность и бескорыстие, искренность и заинтересованность в человеческих взаимоотношениях.

Творчески подходя к трансформации корыстолюбия, поставить это качество под контроль и «рулить» им для усиления и расширения своих человеческих способностей.

Елизавета Павлова

Лень

Образ лени. Женский, мужской? Нарисовать... Поговорить... Грубая или ласковая?... Царевна Несмеяна... Ленивая!.. Можно ли представить себе жизнерадостного человека ленивым? А почему нельзя?

Самое главное в этом негуманоидном качестве – ***отсутствие воли***. У кого-то привычка украла волю, то есть лень использует привычку для достижения своей цели. У кого-то – тяга к наслаждениям, пренебрежение к труду... Чувство собственной важности взращивает лень до невообразимых размеров. Вот уже лень вышла за пределы тела, и мы видим мир через ленивый забор. Время замедляется, а капризы и требования личности увеличиваются.

Если лени позволить всё, то она наградит тело болезнью, уложит в постель, а потом будет шептать: “А зачем вообще что-то делать, усни навеки”.

Лень – отсутствие воли. Что же такое воля? Не потрогать, не увидеть, но все о ней говорят. Воля проявляется в действии. Ни одно движение без воли не делается. Воля – это Божественная Сила в нас. В лени нет места воле, значит, это качество отдаляет нас от Бога. Воспитание воли помогает трансформировать лень.

Лень – достойный противник. Услышать её дремотный шёпот, выслушать, а сделать так, как хочешь ты сам(а). Посмотришь, как быстро она похудеет.

Людмила Щегольскова

Лесть

Лесть – один из способов стягивания энергии при взаимодействии между эгоистами. Эгоист всегда ищет способ устроиться получше, чтобы не просто существовать, но и усиливать себя за счёт других. Основой для появления лести служит такое качество, как ***стяжательство***, стремление получить что-либо любым путём.

Льстец не уважает сущность человека, его Божественное начало, ставит себя всегда выше того, кому льстит. ***Лесть – орудие манипулятора.*** Неуверенному в себе человеку лесть оказывает медвежью услугу – блокирует волю, не допускает активных действий, закрывает способность воспринимать мир адекватно, способствуя появлению самомнения.

Сильный и уверенный в себе человек испытывает жалость к льстецу, а как известно, жалость – проверенный способ получения дармовой энергии. Лесть, как и другие негуманоидные качества, – неодухотворённая, ненасыщенная Любовью энергия.

Вместо лести должна быть похвала. Чем же отличается похвала от лести?

Во-первых, похвала идёт из сердца, и обращена к сущности, а не к личности человека. Во-вторых, она помогает осознать ситуацию и действовать эффективно, лесть же закрывает способность видеть. В-третьих, похвала бескорыстна.

Надо учиться искренне и бескорыстно хвалить людей, отмечать поступки, делать комплименты.

Тем, кому льстят, важно определить, по какому каналу приходит лесть, что привлекает в жизнь “вампирчика”. Необходимо трезво оценить себя, ситуацию, определить, зачем тебе льстят, что хотят получить взамен. Лесть провоцирует отношения “хозяин-раб”. На социуме порождает и способствует распространению блата, угодливости, подхалимства, блокирует волю.

Вместо этого должна быть бдительность, трезвый взгляд, адекватность, безупречность, устремлённость к развитию и совершенствованию, безжалостное отношение к собственным недостаткам.

Людмила Резниченко

Любовь Личности

Слово «личность» – личина, маска, ненастоящее, неестественное, а что-то придуманное. Всякая маска – достаточно яркое пятно, обращающее на себя внимание.

Понятно, что любовь личности – это ***любовь к себе***, и первое доминирующее качество – ***самолюбие***, очень болезненное, ранимое, с представлением о себе как о ком-то очень значительном (от болячек до «великих» дел). А это значит обиды, плюс агрессивность, как средство защиты. Страх, что не поймут, не заметят, не полюбят, заставляет самоутверждаться, находиться в центре всего с немалой долей властности и насилия. Причём самолюбие может проявляться и в самоуничижении.

Отношения выстраиваются по принципу куплю-продам: «Раз я тебя люблю, то ты мне должен(а), обязан(а), что я хочу». И полное неприятие других поведенческих норм. Ориентация на закоренелые привычки и установки своего жизненного опыта, опыта родителей, окружающих, героев книг, фильмов, спектаклей и т.д. Если любящей(ему) начинает ***казаться*** (проявляется ***подозрительность***), что им пренебрегают, не оказывают должного внимания, то проявляется ***мазохизм-садизм***. ***Страдания*** по полной программе от ***истерик*** до ***самоубийства и убийства (ревность)***.

В ход идёт доброта – хуже воровства, чтобы доказать какая(ой) я хорошая(ий). Плюс проявление ***претензий***: сначала молча, а потом вслух. Соответственно изменяется

поведение «любящего», манера речи и сама внешность. Поначалу о своей любви личность сигналит слащаво: воркующим голосом, кокетством, заигрыванием, похохатывая, пощипывая, покусывая и т.д. Использует яркий макияж, маникюр, всевозможные украшения, нестандартную одежду, через всё пытается сказать «Я тебя люблю», означающее «Я тебя хочу»!..

Если по мнению личности всё идёт хорошо, то слышно самодовольное похрюкивание, похрапывание, но если её, любименькую(ого), заденут… То начинаются жалобы, нытьё, визгливые высказывания, мазохистское или садистское поведение. В одежде появится неряшливость, полотенце на голове укажет на жуткие страдания, черты лица изменятся: уголки рта опустятся, фигура станет выражать унылость, подавленность. Либо наоборот, глаза будут исторгать ненависть, кулаки сжиматься, напряжённость и отвращение во всех движениях.

И, как следствие: заболевания желудочно-кишечного тракта, горла, головы, глаз, ушей. Волосы выпадают, кожа становится сухой, покрывается экземой или псориазом, на матке вырастает опухоль, на предстательной железе – аденома… С работы выгоняют, зарплату не платят, дома – драки и дебоши… Отношения с противоположным полом доходят до различных извращений.

Базовыми качествами любви личности являются: ***эгоцентризм, купля-продажа, потребительство***.

Вместо любви личности следует создать ***гармоничную человеческую Любовь***, основанную на ***служении друг другу***.

Для этого необходимо:

- трезво понимать, что никто никому ничего не должен и не обязан. Если ты что-то делаешь для кого-то, то важна радость от самого процесса делания. По большому счёту, надо спросить себя: «А надо ли это делать?»;

- перестать подсчитывать, кому и сколько сделано добра;

- перестать работать на создание мнения о себе как о каком-то очень значительном, добром, хорошем, либо никудышном, невезучем, неудачнике и т.д. Люди вправе думать о тебе то, что хотят;

- понимать, что твоя индивидуальность дана Абсолютом, и никто не может её отнять;

- развивать позитивное отношение к себе и другим;

- убрать внутреннюю болтовню, чтобы не было оттока энергии;

- проявлять внимательность, отзывчивость, чуткость, благодарность, симпатию, бережность, приятие, понимание и т.д.;

- отслеживать негативные чувства и слова;

- культивировать юмор.

И тогда вместо потребительства, доминанты Мне, опять Мне, Моё, *Я*… появится ***открытость и стремление к бескорыстному служению***.

Андрей Мирзаянц

Личность

Исследуя свою личность, я выяснил, что одну часть зовут Андрюшенька, а другую – Галина Ивановна (по имени мамы).

Основные характеристики: сомнение, расчёт до упора, как бы не потерять своё, внутренний диалог, фатализм, неверие в свои силы, котёнок, которого нужно тыкать в свои нечаянности, тупость и беспамятство.

Моя Личность состоит из нескольких основных субличностей:

1) «***Страдающая бедняжка***», обиженная и оскорблённая в лучших чувствах. Основана на стереотипе: во взаимоотношениях с людьми нужно быть в подчинённом, униженном состоянии. Подпитывается качествами обиды, трусости, безответственности.

2) «***Мыльный пузырь***» – крутой, всезнающий, более развитый. Он следует стереотипам: чтобы быть значимым – людям надо это доказать. Людей надо «продавить» и убедить, что они не правы. На людях надо самоутверждаться, избегая ровных и открытых отношений.

Субличность построена на страхе, что пузырь проткнут, отсюда и боязнь искренних отношений. Потому что в системе личностных отношений есть волки и овцы. Боязнь быть овцой.

«Мыльный пузырь» любит много рассуждать, советовать и оценивать; испытывая напряжение в отношениях с людьми. Субличность питается чувством собственной

важности, закрытостью, самолюбованием, неуверенностью в себе и зависимостью от чужого мнения, агрессией и комплексом неполноценности.

3) «***Душка-парень***», который может подвезти, помочь, поболтать. «Душка-парень» придерживается стереотипов: надо, чтобы люди хорошо ко мне относились; чтобы так было, надо угодить людям; чтобы угодить людям, надо сделать то, что они хотят. Такие выводы «Душка-парень» делает в состоянии холуйства, неуверенности в себе и при отсутствии чёткой цели в жизни.

4) «***Непризнанный гений***» считает, что везёт всегда другим; со мной поступают несправедливо; вот если бы мне дали возможность, я бы всем показал, какой я (развитый, бизнесмен и т.д.); таланту не суждено реализоваться...

«Гений» не испытывает радость от общих дел и достижений, а ощущает чувство отстранённости, апатии и вины. У «Гения» отсутствует чёткая цель в жизни, зато присутствует непонимание Божественного предназначения, самоуничижение, неуважение к себе и важность.

5) «***Дамский угодник***» стремится привлечь к себе женщин, и чем больше, тем лучше. Женщины нужны только для «этого». Женщины должны быть яркими и сексуальными. Демонстрирует заинтересованность и кокетничает со всеми женщинами. Любая женщина, оказавшаяся в сфере досягаемости, становится объектом «глубокого» интереса. Оценивает перспективы. Увлекается. Строит планы, иллюзии. Разочаровывается, но всё равно идёт вперёд, подмигивает, общается полунамёками. Чего-

то хочет... «А не соизволите ли Вы... Не соизволите? Ну, и ладно». Есть повод погрустить, посомневаться в своих силах и нереализованных возможностях. Эта субличность перекрывала понимание Сути и необходимости взаимодействия мужского и женского начала.

Субличность «Дамский угодник» усиливала качества эго: потребительство, трусость, ханжество, мазохизм, инфантилизм, комплекс неполноценности, а также закрепляла инцестные связи.

6) «***Сынок***» поддерживал ненормальные отношения с родителями как непосредственно, так и опосредованно. Для этой субличности всегда имеет значение мнение родителей. «Сынок» задаёт вопросы: «А что скажет папа? А кто, собственно, они такие? Родители должны делать то, что мне надо». «Сынку» свойственны инфантилизм, важность, подлость, наглость, зависимость.

Энергии этой субличности я трансформировал в усиление Духа в теле и выстраивание сердечных отношений с родителями.

7) «***Дармоед, халявщик, бездельник***» стремится поспать, забыться, уделить время каким-то незначащим делам, увильнуть, найти новое дело и т.д. Любит сравнивать свой труд с чужим на предмет – не переработал ли? «Дармоед» мыслит стереотипами: а зачем мне это надо; это тяжело, требует напряжения, сделать это – геройство; ну ладно, в следующий раз обязательно сделаю, хотя очень стыдно и больно, что не сейчас.

«Дармоед» состоит из важности, потребительства, лени, самооправдания, чувства вины и личностной вы-

годы, он постоянно ощущает состояние отделённости от живого движения, самоуглублённости, апатии, раздумья.

Энергии «Дармоеда» я трансформировал в осознавание того, что реальная жизнь – в активности, ответственности и усилении Божественного.

Владимир и Галина Лемещенко

Месть

Месть – это мысли, слова, эмоции, действия в ответ на причинённое зло (обиду, оскорбление).

Вошло это качество эго в тело человека через непонимание человеческой природы. Униженная личность никак не может успокоиться. Сначала у неё возникает ***недовольство, затем раздражение и ненависть***. Волна раздражения поднимается от крестца вверх, ощущается как неудобство в животе, груди, сердце, горле. Когда волна раздражения захватывает голову, то появляются ***агрессия, гнев и жестокость***, которые требуют активного выхода вплоть до насилия (действия). Примеров мести можно привести очень много: «Отелло» У. Шекспира, «Полтава» А. Пушкина, кинофильм «Берегись автомобиля», спорт (футбол, хоккей...).

Дети мстят своим родителям непослушанием, неуспеваемостью в школе за замечания в свой адрес, невыполненные обещания, несправедливые наказания. Наглядное проявление мести у народов Кавказа – ***кровная месть***, из-за чего их постигают стихийные бедствия, войны и.т.п.

Месть поражает уши, глаза, горло, живот... Вызывает нервно-психические расстройства, в том числе опухоли головного мозга.

Для мстителей характерна ***мрачная сосредоточенность***, отсутствие включённости в окружающий мир. Лицо бледное, руки дрожат, в ушах шум, звон и т.п. Их

перестают интересовать окружающие люди. Они говорят и думают только о жертве...

Войны, склоки, разлады, разрушение человечности – результат этого состояния. Для ***трансформации*** энергий мести необходимо иметь:

- трезвый взгляд на ситуацию;
- терпение и смирение;
- юмор;
- а также применять задержки дыхания, бег, обливание холодной водой;

О мести

Всё в этом мире есть,
Человек – это маленькая Вселенная.
И живёт вместе с нами месть
Злая, коварная и надменная.
Затаилась месть за углом,
Ждёт, коварная, своего момента,
Чтоб внезапно ударить мечом
Зазевавшегося оппонента.
Проявляется часто она
У людей обидчивых и трусливых,
Мало дали им ласки, тепла...
И родители были сварливы.
Эй, вы, люди, проснитесь скорей!
И учитесь жить в этом мире,
Не давайте злу быть сильней,
Вы любите своих друзей
И откройте сердца пошире!

Гортензия Асрян

Мещанство

Как возникает мещанство? Так же, как и всё в этом мире – по воле Божественных Сил. Божественные Силы создали мещанство, как испытание (способ тренировки) для тех, кто решил стать Воином Духа, служить Богу Любви.

Богу Любви – высшей Силе на этой планете – нужны доблестные воины, которых нельзя купить богатством, властью, вечным блаженством и обещаниями о счастливом будущем.

Итак, сила мещанства служит силе Любви, проявляя места в пространстве, где перестал течь ток Любви, где погас огонь творчества, и перестал дуть ветер перемен. Где на высший пьедестал поставили местнические интересы.

Чем притягательно состояние мещанства? Почему большинство живущих людей на планете отдаёт предпочтение этому состоянию?

Мещанство привлекательно своей кажущейся стабильностью, размеренно-спокойным существованием. В обществе накоплен огромный опыт мещанского бытия: живи себе и ни о чём не думай. За тебя всё уже давно придумали. Существует веками сформированный набор потребностей: семья, дом, работа, хобби, кладбище и т.п. Цель мещанина – устроить личное счастье, когда всё у тебя хорошо, никто тебя не беспокоит, и ты живёшь сам

по себе, в своё удовольствие, и ни перед кем, ни за что не отвечаешь.

Мещанина волнуют сугубо личные проблемы, и жизнь протекает в бесконечном удовлетворении собственного эго. Ему некогда размышлять о смысле человеческой жизни, Боге, судьбе страны и т.п., так как есть постоянные бытовые проблемы, постоянно чего-то не хватает, и все силы уходят на то, чтобы это недостающее добыть. И так до бесконечности. Задачи, которые поставлены перед обществом, не входят в круг интересов мещанина. Вопросы: «А что я могу сделать, чтобы люди были счастливы, страна богатела, природа процветала?» – мещанин относит в разряд риторических и бесполезных.

Мещане неискренни и крайне агрессивны, хотя внешне милы и благодушны. Неискренни они по одной простой причине. Они забыли самих себя и свою Божественную Суть. Они относятся к жизни как к собственному достижению, а не как к дару Божественных Сил. Мещане не помнят, как молили Божественные Силы, чтобы вернуться на Землю, как давали обещание служить Любви, усиливать человеческое, поэтому родившись (начав жизненный путь), ориентируются на стереотипы общества, усиливая их.

Состояние Любви может ощутить и приумножить только человек, вставший на Путь сердца, прикладывающий собственные усилия по преобразованию себя и общества. Мещане же каждое преобразование, изменение воспринимают как раздражающий фактор, покушение на их уклад жизни: «Только устроились, а тут опять всё менять

приходится». Мещане – противники перемен. Они достигли определённого уровня, который их более или менее устраивает, и дальше двигаться не собираются. Мещане не хотят замечать, что в мире всё находится в постоянном движении, качественном изменении.

Кто уважает мещанство и знает, как с ним взаимодействовать, тот усиливает Любовь и Жизнь на планете. Кто отрицает мещанство, презирает, того наверняка эта сила накроет медным тазом.

Чтобы растождествиться с состоянием мещанства, необходимо:

- Принять это состояние с уважением и благодарностью: «Да, в теле есть такие энергии».
- Взять силу мещанства себе в союзники. Договориться, чтобы мещанство не тянуло назад, а толкало вперёд.
- Культивировать искренность и аристократизм.
- Вспомнить своё обещание усиливать жизнь, данное Божественным Силам, и начать его выполнять.

Сергей Половников

Мужество

Под мужеством обычно понимают качество человека стойко переносить трудности, доводить до конца начатое дело, не поддаваясь обстоятельствам, даже преодолевая, может быть, и физические страдания.

Мужество в более частном понимании – это набор качеств, присущих именно мужчине. В более широком понимании ***мужество – это способность человека оставаться Человеком в любых испытаниях и потрясениях***, даже если они угрожают его здоровью и самой жизни. С этой точки зрения считается, что даже женщина может быть мужественной. «Будьте мужественной», «мужайтесь» – говорят ей в трудные моменты жизни, давая силы, чтобы пережить потрясение.

Итак, мужество – это такое поведение, когда человек действует, не поддаваясь страху, отчаянию и прочим негуманоидным состояниям. Значит ли это, что мужественный человек не знает страха? Конечно, нет. Ведь страх – это реакция человека на определённые сигналы. С одной стороны, сигналы записанного в физическом теле инстинкта самосохранения. Такой страх присущ и животным.

С другой стороны – это сигналы личности, которая оценивая ситуацию, делает для себя неблагоприятный прогноз, предполагая, что события будут развиваться угрожающим для неё образом. Обычный человек подвержен действию страха. Могут не испытывать страха люди с определёнными психическими отклонениями. Эго такого

человека, полностью захватившее физическое тело, иногда с помощью алкоголя или наркотиков блокирует сигналы опасности, идущие от тела, не даёт им пробиться к осознаванию. Если ещё при этом эго имеет агрессивные, маниакальные черты, то оно толкает человека на безрассудные поступки, бессмысленный риск. Здесь мужеством и не пахнет.

У мужественного человека ***страх*** становится ***сигналом***, предупреждающим об опасности, индикатором, помогающим выбрать адекватную линию поведения.

Аналогичная ситуация происходит, когда и другие негуманоидные качества пытаются подчинить себе человека. Например, ***отчаяние*** – когда рушатся жизненные опоры, устоявшиеся стереотипы. Человеку нужно мужество, чтобы отказаться от старых внутренних подпорок и перейти к новому мироощущению. ***Жадность*** – для кого-то требуется немалое мужество, чтобы отказаться, если надо, от $10 (а может, и $10 млн.). ***Самоутверждение*** – мужественный спортсмен отказывается от нечестной победы. То же и для других качеств.

Мужество – это способность человека оставаться Человеком в любых ситуациях, постоянный ***осознанный*** выбор в пользу ***порядочности, честности, искренности***. Это выбор, который делается не только в серьёзных испытаниях или поворотных событиях, но и в мелочах, повседневно. Именно в так называемых мелочах растёт по каплям запас мужества и сил.

Встать пораньше, вырвавшись из сладких объятий сна, сделать разминку, преодолевая засасывающую инер-

цию, вылить на себя тазик холодной воды – это повседневное, «бытовое» мужество. Оно же проявляется и в безупречном выполнении каждодневных дел, взятых на себя обязанностей, в доведении до завершения начатого и реализации построенных планов. Кому не знакома такая ситуация: вначале новое интересное дело привлекает, манит возможностями. Потом начинаются трудности, возникают невидимые ранее обстоятельства, кем-то не выполняются обещания, кто-то слегка обманул или подвёл. Дело начинает чахнуть и становится как бы никому не нужным. Конечно, нужно мужество, чтобы вкладывать свои силы, сердечную энергию и «толкать» дело. И ведь что обидно – никто при этом не видит, как много ты работаешь и на какие жертвы идёшь, и никто не узнает о твоём «героизьме»!

Мужества требует любое проявление искренности, особенно, когда дело касается необходимости осознавания или признания своих недоработок, наличия у себя разрушительных черт характера.

Мужество находит своё проявление и во внешнем облике человека, манере его поведения. Такие люди не суетятся, так как им не нужно никем казаться и производить на кого-то впечатление. Они скромны, немногословны, спокойны и уравновешенны. Они достаточно открыты и чутки и поэтому способны на ласку и нежность. Это люди, на которых можно положиться, которым можно доверять. Их внутренний стержень даёт им силу. Внешнее проявление мужества можно назвать ***мужественностью***.

Мужественный человек не предаст. Рядом с ним спокойно и надёжно. Он отвечает за свои решения, за свой выбор. Вы не встретите мужественного человека, жалующегося на обстоятельства и препятствия, или упрекающего кого-либо в «неправильном» по отношению к нему поведении.

Ещё об одном аспекте мужества: ***мужество коллективное или одиночное***. Когда группа людей делает одно дело, то каждый выполняет свою задачу, являющуюся частью общей. ***Мужество коллективное*** складывается из мужества каждого из участвующих. При этом каждому из них, с одной стороны, тяжелее, чем если бы он был один, а с другой стороны – легче. Тяжелее потому, что есть ответственность за успех общего дела и за жизнь всех других, ибо малодушие одного может свести на нет усилия всех и даже погубить их. А легче потому, что твои товарищи своим присутствием всегда помогут. Твой внутренний стержень, слитый с общим стержнем друзей, становится более устойчивым и прочным, если ты действительно искренно работаешь на общее дело.

Что помогает человеку быть мужественным? ***Любовь во всех её проявлениях***. Любовь к женщине, любовь к Родине, любовь как Идея Жизни и её движущая сила, любовь как способ человеку быть Человеком.

Сергей Корнеев

Настойчивость

Настойчивость – качество, благодаря которому человек всегда ***достигает своей цели***. Проявлять настойчивость – значит доводить любое начатое дело до конечного результата.

Настойчивость базируется на уверенности в тех целях, которые ты стремишься достигнуть, уверенности в себе. Уверенность появляется в твоей жизни, когда ты стремишься понять замысел Бога и воплотить Его Волю. Тогда в каждом деле ты ощущаешь поддержку Божественных Сил и способен видеть их проявление.

Настойчивый человек обладает гибкостью и подвижностью в своём непреклонном движении к цели. Он ищет различные пути и варианты её достижения. Настойчивость, как сила, проявляется здесь, позволяя сохранить и всегда видеть свою цель, уверенно продолжая движение к ней в любых ситуациях. Для настойчивого человека возможно всё, он собран и спокоен в своих действиях, умеет ждать, то есть ощущает время, и всегда оказывается в нужном месте в нужное время и добивается созидательного результата.

Настойчивость – проявление Духа, его стремление к преобразованию мира. Человек, обладающий настойчивостью, выстраивает свою жизнь согласно цели, то есть Воле Бога, он стремится к изменениям, позволяющим ему безупречно воплощать замысел Создателя.

Андрей Мирзаянц

Настойчивость

Для меня настойчивость – состояние готовности реализовывать цели и задачи, стоящие передо мной, и качество, позволяющее непосредственно решать каждую задачу. Настойчивость имеет несколько уровней и проявлений:

Настойчивость в достижении целей. Цель – стержневая опора, и настойчивость позволяет держаться за эту опору в те моменты, когда внутри тела возникает разброд и шатание.

Настойчивость в достижении конкретного результата. Собирает все необходимые и имеющиеся средства и возможности моего существа для приобретения нового состояния или реализации конкретной задачи.

Настойчивость в общении с людьми. Это та энергия, которую нужно вложить в совершаемое или планируемое действие, точку зрения, чтобы люди поняли, что делать нужно именно так.

Для усиления настойчивости необходимы:

- Понимание границы между настойчивостью и упёртостью, упрямством и самоутверждением. При наличии этого понимания появляется возможность усилить настойчивость за счёт энергии этих качеств.

- Верность и смелость, которые придают уверенность и усиливают настойчивость.

Татьяна Ерёмина

Недовольство

Недовольство – это ***сверхтребовательность к себе, другим, окружающему миру***. Характерным для недовольства является то, что оно имеет много разновидностей, таких как: капризность, придирчивость, обидчивость брюзгливость, недоброжелательность, нетерпимость к себе и другим.

В поведении человека недовольство проявляется в виде брюзжания, ворчливости, сварливости, критиканства. И это ведёт человека к быстрому старению, потере жизненных сил, т.к. такие люди постепенно привыкают своё внимание концентрировать на негативном.

Известно, что если видишь только плохое, то оно увеличивается, а если не замечать хорошее, то его становится меньше. Так что выбор за нами.

Недовольство также выражается в словах, тоне, жесте, мимике. У вечно недовольных людей меняется даже внешний вид, уголки губ опускаются. Рядом с такими людьми не хочется находиться, потому что испытываешь дискомфорт.

Недовольство является стрессом, который истребляет волю к жизни, а ослабление воли к жизни способствует возникновению болезней. Недовольный человек психически неуравновешен, ему свойственны резкие перепады настроения, он лишён радости бытия.

Недовольство сильно мешает во взаимоотношениях мужчины и женщины. Оно стоит между ними стеной, и

чем больше недовольства, тем больше непонимания. Оно также проявляется в нежелании любить без условий. Любовь превращается в предмет торга: «Ты мне, я –

тебе». Человек недовольный не может принять любимого таким, какой он есть, а стремится переделывать его под свои понятия.

Недовольство проецируется на уровень шеи, перекрывая тем самым канал общения. Неумение общаться является одной из проблем нашей цивилизации. Умение общаться повышает качество жизни. Недовольство проецируется также на уровень солнечного сплетения, влияя на работу желудка, двенадцатиперстной кишки, печени, почек. Нарушается обмен веществ. Недовольство несёт в себе разрушительную силу – это далеко не безобидное качество эго.

Для его трансформации необходимо:

- трезво оценивать любую ситуацию и стремиться понять, почему та или иная ситуация ввергла вас в состояние недовольства;

- учиться любую ситуацию принимать как урок;

- воспитывать в себе терпимое отношение к себе и другим;

- переключить своё внимание на позитив, учиться радоваться жизни.

Помните, что недовольство притягивает к себе недовольство. И не забывайте о ***юморе*** – это мощное средство в работе с качествами эгоизма.

Дмитрий Королёв

Невежество

Среди прочих эго-проявлений мы часто сталкиваемся с таким явлением, как ***невежество***. Что это такое?

Невежество – не вежество – не ведает – это качество (состояние), находясь в котором, человек:

- ограничивает себя, не желая узнавать что-то новое, стремится остаться в своём узком мирке;

- безответственно относится к себе и к окружающему миру, действуя по принципу «чем меньше знаешь, тем меньше отвечаешь».

Но подобное состояние он не осознаёт, поскольку жизнедеятельность такого человека обеспечивается подсознательными инстинктами, близкими к животным. Он стремится всё делать автоматически, упрощая жизнь. От всех ситуаций, указывающих на присутствие невежества, ограниченности, безответственности и др. и требующих размышлений, человек, пребывающий в таком состоянии, обычно уходит.

Невежественный человек – «самый важный», «самый умный», «самый мудрый». Бесконфликтность создаёт иллюзию о том, что «всё хорошо», а отсутствие процессов мышления (размышления) ошибочно воспринимается как «безмыслие».

Какие формы сопротивления переменам избираются для того, чтобы оставить всё как есть?

Первая форма сопротивления: Избегание

Поскольку неприятная тема для разговора, неприятная ситуация не воспринимаются как помощник, указатель, то возникает стремление убрать этот раздражитель, изменить тему разговора, сделать вид, что к тебе это не относится, выйти из комнаты или просто прекратить взаимоотношения. Такое поведение свидетельствуют о подсознательном сопротивлении переменам.

Вторая форма сопротивления: Собственное убеждение

Личность готова убеждать кого угодно и сколько угодно (в первую очередь себя) в том, что ей это не нужно и она не такая; долго и нудно объяснять, что мужчины или женщины не должны этого делать; или искать другие методы, т.к. эти займут слишком много времени. А если с ней не согласятся, то в порыве раздражения будет кричать: «Я в это не верю!» Все эти убеждения могут проявляться в разговорах с другими людьми, а также в форме внутреннего диалога.

Свои убеждения личность может укреплять, обвиняя других в том, что они не дают возможности сделать какие-либо действия, типа: «они не хотят», «они не понимают», «сначала должны измениться они». Личность готова решать, кому и как измениться, вместо того, чтобы обратить внимание на свои ошибки. В таких случаях необходимо в первую очередь в себе изменить именно то, что хотел бы изменить в других.

Третья форма сопротивления: Негативное мнение о себе

Очень часто приходится встречаться с такими людьми, которые, сопротивляясь переменам, пользуются различными отговорками: «Я слишком старый, толстый, слабый, ленивый и др.». А иногда впадают в младенчество: «Я несерьёзный, глупый и всё это мне ни по чём, я – маленький ребёнок и с меня взятки – гладки», – типа, «что с дурака возьмёшь?»

Именно эта форма сопротивления сильнее всего закрепляет в человеке тупость и лень, и именно в таких состояниях удобнее всего прятаться невежеству, чтобы его не заметили, не тронули.

Четвёртая форма сопротивления: Страх перед неизвестным

Проще всего – ничего не менять, поскольку изменения подразумевают большой объём работы над собой, и возникает страх перед неизвестным. Отсюда заверения в том, что «ничего у меня не получится», «слишком трудно», «я не готов» или «я не хочу, чтобы другие узнали о моих проблемах». Иногда боязнь привлечь дополнительные для работы силы заставляет произносить слова: «я не хочу об этом говорить» или «я никому не доверяю».

Любые формы сопротивления изменениям ещё больше укрепляют позиции невежества, загоняя человека в болото, где отсутствует стремление к знаниям, развитию и совершенствованию, изменениям в жизни.

Ирина и Сергей Рудых

Обида

«Воина можно ранить, но обидеть его – невозможно».
К. Кастанеда. «Путешествие в Икстлан».

1. Обида – одна из производных гордыни. Обижающийся человек сам привлекает в свою жизнь обидчика.

2. Обида – скрытое пожелание смерти другому человеку, эта форма агрессии разворачивается против самого автора в виде программы самоуничтожения.

3. Обида – это глубоко подавленный гнев.

4. Необходимо вспомнить все ситуации, в которых возникала обида. Это каналы для возвращения энергии и восстановления целостности энергетического тела и оздоровления физического тела.

5. Обидчивый человек инфантилен, с ним трудно быть вместе и тем более любить. Необходимо скорректировать своё поведение в сторону большего реализма.

6. Помнить, что все обидчики – «зеркала», а обиды – каналы, по которым утекает жизненная энергия.

7. Помнить, что обижаясь, я наказываю другого чувством вины, а это один из самых болезненных и изощрённых методов управления обидчиком.

8. Нельзя погружать старые обиды вглубь своего бессознательного. Боясь воспоминания обид, мы невольно становимся обидчивыми.

9. Если продолжать обижаться, то твоя жизненная сила уходит к обидчику.

10. Помнить, что источником моей обиды является упорство, с каким я отказываюсь признать свободу и индивидуальность другого человека.

11. Когда человек любит себя, то он создаёт вокруг себя пространство любви, которое начинает менять всё окружающее.

Татьяна Рыжкова

Ограничение

Нужно ли человеку самоограничение? Ограничение своей сути…

Если человек занимает своё место в мироздании, если он открыт и искренен, если в своей жизни он руководствуется этикой и главная цель его жизни – развитие, если он выполняет своё Божественное предназначение, то у него нет необходимости ограничивать себя в исполнении своих желаний, целей, направлении действий.

Напротив – ему необходимо осуществлять их, т.к. это поможет ему в продвижении по пути развития и совершенствования, по пути выполнения им его Божественного предназначения.

Если человек, устремлённый к развитию, не потакает своему эгоизму и потребительству, ограничивая себя в желаниях-хотениях своего «я», – он не ограничивает свою суть, а напротив, даёт ей возможность раскрыться. Если человек, устремлённый к развитию, в конкретной ситуации вместо искренних отношений предпочитает отношения типа «выгодно-невыгодно», «удобно-неудобно», т.е. отношения купли-продажи – он ограничивает себя в человечности. Такое ограничение тесно связано с усилением качеств: стереотипность поведения, неуверенность в своих силах, неприятие ситуаций как божественных, сомнения, страх, разочарование, неверие в Божественные Силы и их законы. Чтобы освободиться от самоограничения в этом случае, необходимо работать по трансформации всех

связанных с ним негативных качеств. Независимость человека, его чуткость, адекватное восприятие реальности, свобода действий, невозможность влияния окружающих людей на принятие им решений, направленных на выполнение Божественного предназначения, делают самоограничение ненужным и невозможным.

Рассмотрим подробнее завязки самоограничения с другими качествами.

Самоограничение и стереотипное поведение

Как часто руководством к действию являются стереотипы: это можно – это нельзя, это красиво – это некрасиво, так принято – так не принято и т.п. Человек по своей воле находится в рамках, которые далеко не всегда отражают суть правильного адекватного поведения.

Часто близкие родственники и больные люди становятся вампирами, пожирателями энергии окружающих, причём им всегда мало любви, внимания, еды, заботы. Они ставят вас в положение должника. Что касается благодарности – это им незнакомо. Что бы вы ни сделали, им всё равно будет мало, и вы останетесь ещё большим должником. Поведите себя нестандартно – вы дадите им шанс измениться.

Самоограничение и неуверенность в своих силах

Комплексы, сомнения, неверие в Божественные Силы. «Я не так хороша, как хотелось бы! У меня не хватит сил исправить это», – эта мысль знакома многим женщинам. Во-первых, полюбите свою индивидуальность, уникальность. Во-вторых, всё можно исправить – надо только сконцентрировать своё внимание и приложить импульс

силы в нужное место. Надо только прислушиваться к окружающему миру, его знакам. Если мир помогает, значит, всё получится, нет – надо принять то, что есть, и дальше радоваться жизни, идти по пути Судьбы.

Особенно важно не ограничивать свою суть после тяжести перенесённых событий: смерти близких людей, предательства и т.п. Происшедшее должно было произойти для того, чтобы вы пересмотрели своё мировоззрение, пересмотрели жизненные ценности, смысл своей жизни. Не гасите огонь любви, что живёт в вашем сердце! Откройтесь миру – вы так нужны ему! Вы так нужны окружающим вас людям! Согрейте своим теплом тех, кто в этом нуждается – и вы вновь почувствуете радость жизни!

Самоограничение и страх

Страх парализует, обездвиживает, обрекает на бездействие человека. Он приходит вместо доверия Божественным Силам, которые дают ситуации каждому по силам, имеющимся у него. Вместо того, чтобы бояться надо разрешать все ситуации гармонично, насыщать их своей любовью, адекватно воспринимать действительность, совершать целесообразные поступки, продвигающие по пути развития.

Самоограничение и разочарование

Вы видите мир таким, каким хотите его видеть! Вы всё знаете! Вы не доверяете знаниям других! Вы хотите, чтобы все видели то, что видите вы, чтобы делали то, что считаете нужным делать вы! Ограничивая многомерность мира, его многообразие, не доверяя уникальности людей,

не ощущая их потребностей, вы обрекаете себя на разочарование! Вы думали за них, а у них, оказывается, есть своё мнение, решение! Вам необходимо наращивать чуткость своего восприятия реальности, перенося фокус внимания с себя на окружающих.

Неразвивающийся человек самоограничен. Он ограничивает себя в пространстве – ему не хочется двигаться (только дом, работа, дача), во времени (в моём возрасте нельзя бегать, танцевать, рожать – такое поведение не по возрасту), в общении (есть определённый круг друзей, сотрудников, семья, и не хочется ничего менять, новые люди не интересны) и в чувствах (нежелание чувствовать). Постоянные страхи, сомнения, комплексы, стереотипы, самоограничения – его верные спутники, пожиратели его жизненной силы. Нецелесообразно растрачивать дар Бога – свою жизнь – на пустяки!

У каждого есть своё Божественное предназначение! Если вы не выполнили его – вашим детям придётся выполнять не только своё, а ещё и ваше! Свой груз вы просто сбросите на самое дорогое, что у вас есть – ваших детей, продолжение вашего рода!

Развитие человека – единственно верный путь! Выбирайте сами! Желаю удачи!

Фёдор Морозов

Организованность

Организованность – это способность человека эффективно распределять силы и время. Организованность позволяет человеку прийти к запланированному результату за определённый отрезок времени, контролировать и управлять самим собой и своей жизнью, а значит, быть независимым от обстоятельств.

Организованность – инструмент, с помощью которого человек воплощает свои намерения и накапливает индивидуальную силу. А набор индивидуальной силы происходит при гармоничном решении ситуаций и поставленных задач. И не просто за счёт решения, а за счёт ***своевременного*** решения.

Вот представьте себе: человек имеет некоторое количество вопросов и ситуаций, требующих своего решения, и располагает определённым количеством силы. Как обычно действует человек неорганизованный? Не торопясь, вальяжно затягивает решение этих вопросов. При этом то количество силы, которое уже есть, растягивается во времени. Её насыщенность (или концентрация) становится меньше и меньше с каждым днем. Это выглядит, как если бы одно и то же количество воды налить в стакан или плеснуть на асфальт.

В первом случае эту воду можно использовать, во втором даже собрать не удастся. Так и с силой. Чем больше прошло времени, тем сложнее собрать и применить силу, предназначенную для решения вопроса или ситуации. Чем

больше прошло времени, тем сложнее использовать эту силу. В конце концов, наступает момент, когда для решения данной ситуации у человека просто не будет сил. Её надо нарабатывать по-новой. А когда ещё и какой ценой предоставится возможность решить ситуацию, для решения которой уже один раз было всё необходимое...

Организованность позволяет чувствовать силу и делать всё вовремя, не разбазаривая её понапрасну, а собирая при каждой возможности. С помощью организованности человек отстраивает собственные планы и преобразует реальность.

Организованность – это Сила! Как и всякой Силой, каждый из нас владеет определённым количеством организованности. Чем больше человек организован, тем больше дел он успевает сделать за единицу времени, тем менее зависим от обстоятельств и так называемых случайностей. Накапливая организованность, человек увеличивает своё всемогущество, проявляясь как Творец и Созидатель.

Как стать более организованным?

1. Нужно действительно стремиться к организованности, культивируя её во всём и везде.

2. Выявить для себя приоритеты и расставить дела в порядке их значимости. Это поможет не распыляться.

3. Составлять и выполнять планы. План индивидуального развития, план социальной работы, план работы в течение дня.

4. Регулярно сверяться со своим планом, анализировать причины, по которым произошли те или иные изменения, что привело к успеху, а что не соответствует за-

планированному. И ещё, планы должны быть реальные. Нельзя составлять невыполнимые планы только потому, что вам хочется вместить больше дел в небольшой отрезок времени, нельзя.

5. Не допускать затягивания любого дела. Разбираться в причинах затора и пробовать подойти к решению с другой стороны.

6. Взявшись за любое дело, делать его быстро, легко, безупречно.

Елена Александрова

Оскорблённость

Оскорбляли ли вас когда-нибудь? Помните ту гамму чувств, которая возникает при этом? Обида, жалость к себе, гнев, желание отомстить... И в зависимости от того, какое из этих чувств преобладает, захватывает человека, так он и ведёт себя в жизни, таковы его действия.

Самое плохое, когда чувства обиды, жалости к себе заставляют человека замкнуться в самом себе, как в коконе. Он покрывается скорбью, как коростой, полностью отгораживается от мира, никого не хочет видеть и упивается этим своим состоянием. Лучше, когда человек не замыкается в себе, а пытается что-то предпринять, действует. При условии, что действия находятся хотя бы под частичным контролем, и дело не доходит до смертоубийства. Это часто приносит очень неплохие результаты. Так, герои кинофильма «Служебный роман», оскорбив и перекидав друг в друга всё, что было под руками, пришли к счастливому финалу.

Но самое лучшее, когда человек контролирует возникшую ситуацию. И благодаря юмору, неординарному подходу находит неожиданное решение, переворачивает всё с ног на голову, и в результате тот, кто пытался его оскорбить, выглядит смешным и нелепым. Эта линия прослеживается во многих народных сказках.

Это и есть лучшая трансформация оскорблённости. Живите в сказке!

Александр Старшинов

Предательство

В основе предательства – ***забвение своей Сути, отказ от своего Духа и своих идеалов***.

И это не громкие слова, всё предельно конкретно: пьёшь алкоголь, куришь (пусть в мизерных количествах) – несёшь смерть своему телу и травишь окружающее пространство; ешь мясо – участвуешь в процессе убийства ни в чём не повинного существа и опять-таки губишь своё тело; позволяешь проявляться страху, агрессии, злобе, жадности, страданиям... – этими негармоничными эмоциями ты увеличиваешь разрушительное начало в мире, увеличиваешь энтропию на планете. Ты в ответе за природные катаклизмы: смерчи, тайфуны, землетрясения...

Каждое мгновение мы должны ***помнить*** о клятве, данной нами Божественным Силам – это поможет бдить проявление разрушительного начала в нас самих и позволит не допускать его проявлений вовне.

Сначала человек предаёт сам себя тем, что позволяет разрушительным силам захватить его внимание и опустить на такой уровень бытия, где понятий о любви, взаимопомощи, чести, справедливости не существует. Посмотрите, как общаются друг с другом ваши друзья, родственники, компаньоны по бизнесу, какие передачи по ТВ показывают и какие духовные ценности навязывают посредством информационной агрессии СМИ.

Нормальное состояние нашего общества: расслабься (потеряй бдительность) и получи наслаждение от всего многообразия единоличных материальных благ или от крутых переживаний и страданий на почве несложившейся жизни. И сразу более важными станут сугубо личные интересы, проблемы и переживания о себе самом, своём благе, и наплевать на всё остальное.

Находясь в таком униженном по отношению к своему Духу состоянии, человек ради спасения своей жалкой жизни, защиты своих мелких интересов ***предаёт своих друзей и близких***. И подобное действие не расценивается им как предательство – это нормальный образ жизни для него и подобных ему. Это действие отражает его действительное внутреннее состояние опущенного негуманоидным бытием индивида.

Например, я изо всех сил старался сделать что-то нужное и, по моему мнению, полезное для коллектива: заработать денег, выгодно приобрести имущество и т.д. У меня при этом было моё личное видение, как надо поступать. И я не думал, что при этом может пострадать репутация всего коллектива, частью которого я являлся, что кому-то из коллектива придётся прикрывать незадачливого альтруиста, коим я был, с риском для жизни и в ущерб общего дела. Я не задумывался, что из-за моих действий могла возникнуть угроза жизни для членов коллектива.

Я считал себя правым, что ***лучше знаю, как мне поступать***. При этом советы членов коллектива мной, конечно, не воспринимались. ***Я чувствовал себя благодетелем, круче всех***. Поскольку по своему внутреннему

состоянию я был вне коллектива, то работал либо лично на себя, либо на чужого дядю, чего даже не осознавал. Но ведь я старался для всех! Можно ли это полубессознательное поведение назвать предательством? Да! Это предательство!

Однажды мне позвонил Солидный Голос, признанный мною в силу моего комплекса неполноценности, плебейства и холуйства, авторитетнейшим человеком, отказать ему – смерть на месте, и попросил очень вежливо, но настойчиво, телефон человека, которому я обязан жизнью. Что-то внутри меня возбуждало жуткий страх и одновременно желание угодить и не показаться грубым, некомпетентным или просто дураком. Это предательство. Но трижды предательство – не предупредить об этом того, кого сдал, а при встрече с ним мило улыбаться, уверяя, что я – лучший друг.

Из того, что произошло, всегда можно извлечь урок, понять, что произошло, и в следующий раз действовать по-другому. Важно, что раз я до сих пор жив, то моя задача как человека – исправить свои ошибки, приложить все усилия для компенсирования того вреда, что я причил.

Мы потому и называемся человеками, что в ***состоянии разумно и сознательно управлять собой***, своим телом, эмоциями и действовать адекватно, быстро и решительно, добиваясь сознательного результата.

Татьяна Малахова

Претензии

Претензия по Далю – от ср. век. лат. Praetensio – притязание, требование. Следовательно, претензия – это качество или состояние, претендующее на что-либо или выдвигающее какие-либо требования.

Можно проследить, как зарождаются претензии. Сначала возникает ***недовольство***, затем сами претензии, и следующим шагом является ***осуждение***. Эти качества сродни или близки друг другу: одно из другого вытекает и перетекает в следующее. Можно рассмотреть это явление с разных позиций.

1. Притязание на что-то, беспрекословно принадлежащее человеку и выдвижение «справедливых» требований на право обладания этим. Это что-то ему должны дать, просто обязаны это сделать. А почему должны, почему обязаны? Этот вопрос может и не возникнуть.

2. С другой позиции, предъявитель претензии выражает то, с чем он не согласен. Высказывает своё мнение по этому вопросу, вносит предложения. Здесь уже претензия выливается в ***преобразование*** каких-то процессов. И эта претензия начинает работать на конкретное дело. А вот какой характер преобладает в этом деле, зависит от цели, которую ставит перед собой человек. Если он приобретает одну машину, другую, дом, дачу и т. п. лишь для того, чтобы было – это ***жадность***. В конце концов, она заведёт его в тупик.

Но если у него цель – наладить какое-либо производство, чтобы другим людям лучше жилось, и для этого ему может понадобиться машина, тогда машина становится средством, помогающим достичь эту цель.

А если у человека ещё более высокие задачи – создать человеческое общество – то и предприятие, где он работает, расширяется и растёт. А вещи и предметы становятся помощниками и союзниками.

3. В одной статье претензия была описана так (дословно): «Человек, который чувствует, что имеет право на такие вещи, как уважение окружающих, что он должен нравиться другим людям, что он должен быть всегда счастливым, что он должен иметь приятную работу, прекрасную семейную жизнь, что внешние условия не должны нарушать его комфорт и удовольствие» и т.д.

Здесь претензия означает неудовлетворённость жизнью. Но она же является и «маяком»: «Посмотри – нет уважения к тебе… Видишь, ты несчастен…» и т.д. А что мешает человеку быть счастливым? Те люди, которые не создали ему благоприятную атмосферу для жизни? А те, другие, могут думать, что вы, в свою очередь, не создали им благоприятных условий.

Кто должен создавать эти благоприятные условия для вас? Это вы сами! Это мы все и есть! Тогда давайте действовать! А начинать лучше всего с себя!

И помните, что окружающие вас люди – это ваше отражение в зеркале. А вы требуете от зеркала чего-либо? Вы смотрите в него и видите, что нужно изменить.

Елена Свистунова

Рабство и свобода
или я не червонец, чтобы всем нравиться

«Истинно благородный человек не рождается с великой душой, но сам себя делает таковым великолепными своими делами».

Ф. Петрарка

«Единственное искусство быть счастливым – сознавать, что счастье твоё в твоих руках».

Ж.Ж. Руссо

Человек, поступающий не так, как велит ему сердце, есть раб. Человек, действующий с позиции: «Что мне за это будет?», «Как это будет выглядеть?», «Что скажут?» – тоже раб.

Рабы здорово описаны у С. Алексеева и В. Арчера в их произведениях «Аз бога ведаю», «Сокровища Валькирии», «Выбравший бездну». Смысл таков: ***рабы – это те, кто любят передавать ответственность за свою жизнь другим людям, а потом обвиняют их в том, что те (другие) портят им жизнь, заставляют быть рабами***. В таком положении вполне оправданы нытьё и жалобы. Рабы всё время чем-то недовольны, всего им всегда не хватает, жизнь для них не волшебный дар. И вообще, такие слова, как Жизнь, Дар, Созидание, Любовь, рабу непонятны и даже смешны. Рабы всё делают за награду и похвалу, а бескорыстие, с их точки зрения – удел странных романтиков.

Рабство – это источник саможаления, слабости, немощности, зависти.

Раб считает себя зависимым от людей, обстоятельств, самой жизни. А на самом деле он является рабом своих негуманоидных качеств. Например, рабу кажется, что к нему плохо относятся. Все его мысли заняты следующим: «Я этому человеку всё делаю, и разговариваю доброжелательно, и в гости приглашаю, а он просто жизнь мне портит». Он ставит себя в зависимость от этого человека, его отношение – для раба всё!

На самом деле, внешний мир, как известно, отражает внутренний мир человека. А у раба внутри есть чувство вины, которое притягивает ситуацию, чтобы его обидели, так как в чём-то он всегда виноват. А «друзья» не дадут остаться без работы, будут тыкать осознанно и не очень в больное место до тех пор, пока рана не залечится.

Кстати, обратите внимание: обидчивость и адекватная реакция на какое-то замечание – это разные вещи.

Поэтому, ***чтобы не быть рабом, необходимо***:

1) Трансформировать чувство собственной важности (напоминает объёмную неповоротливую массу) в уважение, артистизм и, конечно, адекватность.

Не забудьте про умение легко, с юмором относиться к своей персоне. Ежи Лец сказал: «*Когда обезьяна расхохоталась, увидев себя в зеркале, родился человек*».

2) Работать с качествами, даже если кажется, что нет просвета. Всё равно надо делать.

3) Честно и безупречно выполнять обязанности, начиная от самых простых – бытовых – до вечернего запол-

нения детей сердечными энергиями. Когда дома порядок, чистота, то и дети намного спокойнее, и внутри себя тоже всё аккуратно и по полочкам разложено. А в чистоте уже можно и самообразованием позаниматься.

4) Надо почувствовать и втянуть в себя энергии следующих ***человеческих состояний***:

а) ***Уважение*** – очень деликатные энергии, похожие на аккуратный утренний солнечный свет. Уважение проявляется в соблюдении некоторой дистанции, без панибратских отношений, которые быстро утомляют. Если человека охаяли грубым словом, его уважение состоит в том, что он адекватно отреагирует и не опустится до обиды и страданий. Кстати, если на тебя наехали или что-то грубо сказали, можно втянуть в себя энергию, насытить другим содержанием, например, грубость – уважением, соответственно изменить вектор и с такой же силой послать этому человеку на его перестройку. С его же силой, но другую энергию. Только пусть попробует не измениться!

б) ***Уверенность в себе*** – совершенно потрясающие энергии, я их для себя заново открыла. Это похоже на то, что человек – это солнце, а уверенность – расходящиеся от него золотистые лучи. Уверенность вмещает в себя мир, спокойствие, светлое будущее. С уверенностью понимаешь, что ты – человек! А это звучит гордо! В отношениях с людьми появляется позитивизм, благородство, гармония, положительный результат контактов.

в) ***Позитивизм*** похож на южное, очень яркое, оранжевого цвета солнце, которое своим жаром растапливает всё ненужное и делает настоящее и будущее солнечным.

г) ***Искренность и открытость***. Надо взять за привычку быть открытой и не зажиматься. При напряжении представлять, как раскрывается над своим существом широкий веер золотистого света и растворяет его. Искренность подразумевает говорить то, что думаешь, не подыскивая слова покрасивей, а именно те слова, которые идут от Сути. Искренность – это капли сверкающей искристой утренней росы на рассвете, озарённые нежными утренними лучами. Да, кстати, если кто-то провоцирует тебя на ссору (адекватность, как страж, всегда подскажет), то лучше честно поссорься с человеком, а пособием к этому тебе послужит статья В.Ф. Тюрчева в одном из альманахов.

д) Надо постоянно ***искать в себе Божественное*** и понимать, чего оно хочет. Любыми способами поддерживать контакт с Божественной индивидуальной сутью: с помощью танца, нарабатываемого в этот день человеческого состояния, пробежки и активной зарядки, прогулки с малышом и прочее. Человеку, который не хочет быть рабом, надо помнить, что он живёт для детей, близких, друзей, планеты.

Как сказал Дидро: «*Умный человек видит перед собой неизмеримую область возможного, глупец же считает возможным только то, что есть*».

И ещё хочется обратиться с мольбой к Божественным Силам:

«*Великие Божественные Силы!*
Направьте меня на Путь развития и Любви!
Не дайте мне уйти в сторону,

Помогите мне шагать прямо и смело!
Великие Силы! Благодарю Вас за поддержку».

Для того чтобы перестать быть рабом, а стать Человеком, надо каждое мгновение ***культивировать самые положительные качества Воина Духа и Воительницы Души***, насыщая каждый миг своего Бытия светлыми состояниями.

Кто-то из знаменитых сказал: «*Если хочешь, чтобы жизнь улыбалась тебе, подари ей сначала хорошее настроение*».

А также приведу строки стихотворения Николая Гумилёва, по-моему, как нельзя лучше подходящие для свободного человека:

Не позволяй Душе лениться!
Чтоб воду в ступе не толочь,
Душа обязана трудиться
И день и ночь, и день и ночь.

Надежда Старшинова

Равнодушие

«… Ничего не вижу, ничего не слышу, ничего никому не скажу…» – девиз равнодушных. Не вижу, что делается «под носом», в доме, в стране…; не слышу, что говорит Учитель; ничего никому не скажу, потому что нечего сказать. Ну и что, что кого-то подставила, потому что не взяла на себя ответственность за ситуацию. Кого-то обидела, потому что была «не в духе», кому-то вообще жизнь испортила, потому что важнее было своё собственное благополучие, или вдруг начинала проявлять «заботу о ближнем» для собственного самоутверждения, потому что на самом деле мне никто не интересен и не нужен…

И наступил момент в жизни, когда физически, до звона в ушах, ощутила вокруг себя пустоту: вдруг вспомнила, что уже давно никто ко мне не обращается ни с какой просьбой или за советом, не приезжает в гости и не приглашает меня к себе. От дел общественных постепенно тоже освободили (с моего же молчаливого согласия)… Вот тогда-то и поняла, что эта пустота и есть пропасть, в которой нет дна, и в которую я сама себя загнала, а звон в ушах – это от катастрофического падения вниз. И моя позиция «гордого наблюдателя» – не что иное, как предательство по отношению к самой себе, к окружающему миру, потому что именно равнодушие рождает предательство.

Я – женщина, отвечающая за жизнь на Земле, за свой род, не просто позволила своим бездействием проявиться

равнодушию и предательству, но и усилила их многократно.

И вот именно в тот самый миг прозрения в теле начинает нарастать не просто страх – ужас от содеянного, ужас от того, что я осталась один на один с силами, от которых просто так не отмахнёшься – не имею права, если я ещё – человек. И помочь мне может только Бог, Любовь! Любовь, которую я предала в угоду Личности. И какова же должна быть сила намерения, насколько истовым должна быть сила желания, чтобы вымолить у Бога прощение, чтобы он вновь обратил на меня внимание!

И моя задача, во-первых, понять, что раз я здесь и сейчас, значит, я нужна этому миру, и я должна этому миру многократно. И если от меня зависит жизнь моего рода, человечества, о каком выборе речь?! А потому должна молиться Богу Любви и день и ночь!

Во-вторых, с помощью Великих Божественных Сил мне надо, наконец, написать план работы по трансформации наработанного мной поля равнодушия и предательства, например, в силу ответственности, силу решительности, силу чуткости, силу искренности со сроками исполнения буквально по каждому пункту.

В-третьих, отслеживать ситуации, которые непременно последуют как Стражи Порядка, чтобы удостовериться, насколько безупречно я отработала то или иное качество.

Из своего опыта могу сказать, что «в-третьих» и есть самый непростой момент в работе над качествами. Любую силу, с которой взаимодействуешь, нельзя недооценивать. Её принцип: «Звали – получите!» Но частенько срабаты-

вает стереотип поведения. По привычке забываешь, что, взаимодействуя с каким-либо человеком, ты взаимодействуешь в первую очередь с силой, представителем которой является этот человек. Она может выступить в любой роли. И твоя задача – не поддаться на её уловки, а вовремя понять, с одной стороны, чего она от тебя хочет, а с другой – какую силу ты хочешь наработать в себе. И компромисс здесь неуместен.

Жизненный опыт решения ситуаций есть у каждого. Но воспользоваться им могут не все. Почему?

Андрей Куршев

Развитие и совершенствование
как способ усиления жизни

Наш Мир, Реальность – место обитания различных Сил. Это и сила Солнца, сила Земли, силы трав, воздуха, огня, силы животного и растительных миров, камней и т.д., и т.п. Но объединяет все эти силы, делает их сосуществование и взаимодействие полноценным и гармоничным всеобщая сила Жизни. В глобальном масштабе – это всеобщее пространство Жизни Космоса и Вселенной. Безграничное поле для проявления разнообразия, красоты и гармонии живых систем. Здесь, и только здесь, Абсолютное Божество способно проявить и реализовать весь свой Божественный потенциал.

Создавая новые живые системы, наделяя их собственным осознанием, упорядоченностью и предназначением, Абсолютное Божество являет собой процесс бесконечного Творения и Созидания и реализует Идею постоянного и непрерывного развития и совершенствования. Бесконечная устремлённость к самоосознанию и творческой самореализации является основой для любой живой системы в едином пространстве жизни Абсолютного Божества. Это по полному праву относится и к Силе, которую представляет собой человечество.

Человечество как Божественное Проявление в едином пространстве жизни Абсолютного Божества, также обладает в полном объёме всем Божественным потенциалом и Божественными способностями к самореализации. И так

же, как и любая другая живая система, способно к бесконечному развитию и совершенствованию. Человечество, наделённое Божественным предназначением увеличивать силу Жизни, помогает развиваться и совершенствоваться всем живым системам, входящим составными частями в человеческий Мир, Реальность. Так достигается целостность и устанавливается гармония в общем процессе бытия Абсолютного Божества, в пространстве живых систем, наполненных единой силой Жизни.

Каждое человеческое существо, являясь клеточкой единого большого живого организма под названием человечество, несёт в себе все потенциальные возможности к развитию и совершенствованию и включено в общее предназначение всего человечества – увеличивать Жизнь в своём Мире, Реальности.

Для тех из людей, которые не заинтересованы в реализации общего предназначения, есть весьма убедительный повод задуматься. Все живые системы, не способные к изменению и не прилагающие усилий к развитию и совершенствованию, локализуются, деградируют и самоуничтожаются...

Любовь Лаврова

Развитие и совершенствование

Человек приходит в окружающий мир для того, чтобы познать безбрежный океан жизни. А чтобы осознать подаренную жизнь, человеку необходимо знать своё Божественное предназначение. Для успешного исполнения Божественного предназначения человеку необходимо встать на путь развития и совершенствования. Только в процессе развития и совершенствования можно уловить суть Божественного предназначения, следуя ему настойчиво и целеустремлённо.

Развивающийся и совершенствующийся человек выстраивает прежде всего своё бытие. Он соблюдает бдительность, отслеживает свою речь, манеры, изучает реакции окружающих людей на себя. Начинающий развиваться, как правило, не видит препятствий на своём пути, цели его бывают расплывчаты, а намерения не сформированы.

Когда возникшие трудности вызывают ***страх***, это является первым испытанием на пути развития и совершенствования. Не надо бояться трудностей: чем суровее жизнь, тем больше появляется индивидуальной силы у человека. Если ситуация проиграна, то это ещё не является поражением, главное – не сдаваться! В таком случае надо всегда помнить, что это учебная ситуация, вытянув из неё для себя пользу, не суетиться и не торопиться, но и не медлить на своём пути.

Чтобы победить страх, нельзя от него убегать, а нужно работать над ним до момента, когда страх перейдёт в уверенность, а стремление к знаниям укрепится.

Преодолев страх и обретя уверенность, человек сталкивается со второй преградой – это ***самомнение***, когда человек уверен, что он может сделать всё, что ему вздумается. И если поддаться этому самомнению, значит, можно потерять адекватность. В таком случае надо соблюдать ***скромность и смирение***, а ясность мысли лучше использовать для усиления видения.

Наконец, наступает такой момент, когда человек получает ***силу***. Это даёт право ему стать неуязвимым. В таких случаях надо всегда помнить, что если бесконтрольно использовать силу, командовать, можно стать капризным, жёстким и циничным. Поэтому силу надо использовать как ценность и знать, для чего она нужна.

Трансформированный авторитаризм укрепляет в теле человека эгоизм, питает его собственное эго. В результате эта сила может превратиться в четвёртое препятствие на пути развития – это ***усталость***, мрачная сосредоточенность на себе, которая базируется на жалости и делает человека безразличным к окружающим. В таком случае необходимо развивать чувство юмора, уметь посмеяться над собой, не предъявлять претензий к кому бы то ни было.

Преодолевая преграды и препятствия на пути развития и совершенствования, человек усиливает свои человеческие качества и сердце.

Андрей Куршев

Самолюбование
и способы его трансформации

Самолюбование – качество личности, позволяющее человеку создать свой собственный мир, выстроенный на сравнении себя с другими. Причём сравнения всегда делаются в пользу себя, любимого. Все же остальные люди с их достижениями не замечаются. Ведь внимания достойно лишь то, что может возвысить Эго в собственных глазах, доказать ему значимость и утвердить его в очередной раз во мнении, что оно единственное и неповторимое.

Постоянно подпитывая мнение о самом себе как о самом лучшем, самом знающем, самом красивом, в общем, самом-самом, Эго формирует иллюзорную реальность, не имеющую ничего общего с действительностью, но зато являющуюся комфортной и удобной. Это «настоящее знание» о самом себе даёт возможность оставить всё как есть, ничего не делать для изменения себя. Мало того, можно втайне или открыто (это неважно) гордиться своей непохожестью на других и «независимостью» от этих других. Ведь «знаем же мы, что бы там не говорили или не думали о нас, всё равно мы другие: добрые, открытые, чувствующие. А значит, к чему что-то менять?

И так постепенно, шаг за шагом, человек отделяется и отгораживается от мира, в котором живёт, тратя энергию своей жизни на бессмысленное потакание иллюзиям своего эгоизма. Получается, что Эго своего добилось – всё внимание человека погружено в самолюбование, и ему

некогда думать о том, кем он является на самом деле, для чего живёт, к чему необходимо стремиться. Другими словами, человек оказывается надёжно отгорожен от памяти о самом себе, о том, что он – человек.

Став рабом любимого качества, такой человек даже выглядит соответственно, имея определённый набор патологий в своём физическом теле. Например, нарушен обмен веществ: тело либо истощено, либо обладает излишним весом, что связано с недостатком жизненной силы, необходимой для нормальной деятельности организма. По закону сохранения энергии, если где-то прибывает, то где-то и теряется. В нашем случае прибывает и усиливается самолюбование. Убывает же способность физического тела полноценно жить и развиваться. Такой человек обычно обладает и другими «радостями». Это нарушение функций организма, связанных с деторождением, выраженные в различных формах импотенции у мужчин и гинекологических нарушениях у женщин, патологические изменения в печени и почках, возникающие вследствие нежелания перемен, плохое зрение и другие «счастливые» приобретения.

Но каким же должен быть человек? Что должен иметь внутри себя, чтобы не погрузиться с головой в самолюбование, не стать очередной программой Эго, направленной на разрушение и деградацию?

1. Помнить всегда о том, что мы являемся лучом Абсолюта, Творцами и Созидателями. И это состояние проявляется в нас тогда, когда мы становимся сами собой, перестаём придумывать и интерпретировать происходящее

вокруг. Быть самим собой – это действие, основанное на полной ответственности за свою жизнь и жизнь окружающего мира, направленное на развитие и совершенствование, на проявление человеческих способностей.

С этой позиции ***качества эго – всего лишь вирус, болезнь, негармоничное состояние в теле***. А как мы работаем с болезнями? Мы трансформируем их, меняя образ своего бытия, осознавая и контролируя причины негармоничных проявлений.

2. Важно понять мотивы той лжи, которая проявляется в теле через данное качество. Почему не хочется принимать мир таким, какой он есть? Для чего приходится прятаться в иллюзорную реальность, основанную на самолюбовании? Почему не хочется ничего менять? При этом необходимо открыться на окружающих людей, прислушаться к их словам, стараясь уловить то рациональное, что раньше отбрасывалось Эго как заведомо ложное и вредное.

3. Взращивать искренность. В первую очередь, искренность по отношению к себе. Необходимо честно и искренне уметь признаться себе в присутствии «любимого» качества и не лелеять его втайне, страдая от комплекса неполноценности, а работать с ним, договариваясь с эго, постепенно переводя энергию качества в гармоничное проявление человеческих состояний. И отслеживая очередное проявление самолюбования, лучше всего с юмором принять данную ситуацию, видя в ней очередной урок по работе с качеством.

4. Сильнее всего самолюбование проявляется и трансформируется при работе на социуме, при общении с большим количеством людей. Принимая решение работать над собой, чётко ориентируясь на развитие и совершенствование, необходимо расширять диапазон своих социальных дел, стремиться к творческому общению с людьми, к взаимному сотрудничеству и взаимопониманию с ними. И на фоне этих действий внимательно контролировать начинающееся проявление «любимого» качества, направляя его энергию на усиление своей творческой, созидательной деятельности.

5. Необходимо быть безжалостным и безупречно следовать по пути поставленной себе цели – трансформации качества Эго. А это значит – не потакать себе, не жаловаться на то, что тяжело. Не бояться происходящих изменений (даже если они не очень приятны), видя в них очередной шаг к достижению цели. Быть внимательным к окружающим людям и адекватным по отношению к своим и их поступкам и проявлениям, быть уверенным в успехе своих действий и устремлённым к проявлению своей индивидуальности, к проявлению своих человеческих качеств и способностей.

Ирина Клевцова

Самомнение

Самомнение – высокое мнение о самом себе, гонор, высокомерие (словарь Ожегова). Самомнение – базовое качество эго, оно проявляется в восприятии тобой других людей как людей второго сорта, если они не соответствуют твоему мировосприятию или жизненным меркам. Отсюда и раздражение на окружающих, и нетерпение, если их поступки и взгляды выходят за рамки представления твоего господина Самомнения.

Нетерпение и раздражение выливаются в навязывании своего мнения окружающим, в желании научить их как надо жить, даже если они не хотят этого. У каждого человека на земле свой жизненный путь, своё Божественное предназначение. Но самомнение на этом не успокаивается, ведь заблуждающимся надо помочь, хотя они об этом и не просят. И под предлогом совершения «добрых дел» направить их на «путь истинный».

Первопричина моего самомнения – комплекс неполноценности, заложенный ещё в детстве в виде внешней оболочки сверх-Я, в желании выделиться во всём, стать первой, прикрывая свою неполноценность – чрезмерную полноту. Полнота – это следствие маминого страха моей худобы, страха, что я останусь голодной и буду болеть. Этот страх постепенно поселился во мне и породил уже мой страх остаться голодной, после чего началось обжорство и как следствие – полнота.

Я стала себя стесняться. Мои женские качества: лёгкость, воздушность, привлекательность сменились бесформенностью, амёбообразностью и ленью. Мальчики обращали внимание на других, а меня сторонились. Вот и комплекс неполноценности в виде неудовлетворённых желаний быть любимой и желанной. Необходимо было как-то выделиться, чтобы хоть как-то восполнить недостаток мужского внимания. И я стала сначала пионерским, а затем комсомольским лидером. Руководящая работа, стремление во всём быть первой, любовь к почестям и фанфарам, честолюбие – благодатная почва для культивации самомнения. Господин Самомнение и моя личность стали набирать жизненную силу в ускоренном темпе.

Корни самомнения – в непонимании своего Божественного предназначения, в отсутствии любви и уважения к людям, в пренебрежении их мнением, в отсутствии чуткого восприятия мира, в поверхностных знаниях. Человек с высоким самомнением, противопоставляя себя окружающим людям и обесценивая их человеческие качества, в один прекрасный момент может остаться в одиночестве. Что и случалось со мной в различных жизненных ситуациях, когда я, воспринимая мир через призму самомнения, унижала и оскорбляла людей, пренебрегала их мнением, и как следствие: коллектив на работе меня сторонился, а муж переходил на другую сторону улицы. Все эти ситуации всплывали в моей памяти в период работы с этим качеством.

Самое главное при работе с самомнением – умение растождествляться, чутко ощущая, откуда идёт моё вос-

приятие людей и ситуаций: через призму самомнения или из сердечного центра (из сущности). При этом не злиться и не вступать в борьбу с самой собой, ведь это же моё качество, которое сопровождало меня по жизни многие годы. Лучше с позиции стороннего наблюдателя с юмором оценить значимость господина Самомнение.

При работе с самомнением окружающие люди, как в зеркале, отражают моё качество. Мысленно благодарю их, ведь окружающие люди и ситуации – это мои учителя. Стремлюсь увидеть и ощутить в них Божественную Суть. В процессе медитации вхожу в ситуации, осознаю и гармонизирую их, насыщая солнечными энергиями Любви.

На мой взгляд, самый лучший способ работы по трансформации этого качества – это методика «взмахов». Практиковать её лучше во время утренней настройки на день. Сначала представляю себе образ господина Самомнения в виде чванливого, раздутого франта в цилиндре и в перчатках, с тростью в руках, необычайно высокого роста – признак высокомерия, возвышения над окружающими и собственной значимости. Пренебрежительный взгляд и напыщенная походка. Мысленно вглядываюсь в образ, подмечая все его черты и особенности (как при просмотре слайдов).

Затем формирую вдалеке образ изящной девушки (Божественного существа) с гибким станом, светящуюся как солнышко, излучающую любовь, гармонию и красоту, любящую жизнь, людей и весь мир, чуткую и внимательную, радостно и с пониманием оценивающую ситуации. Приближаю образ девушки на передний план, а господина

Самомнение постепенно отодвигаю на задний план. Впитываю каждую чёрточку этого образа, стремлюсь к нему всем сердцем. Взмахом руки стираю сформированные образы. Затем снова представляю господина Самомнение. И так до тех пор, пока образ самомнения не утратит свои очертания (примерно до 3-х раз).

Как только самомнение затронули за живое, т.е. началось осознание, сразу же заболело горло, сердце и воспалились дёсны. Для меня это было знаком, что я на правильном пути. Ведь энергии самомнения, блокируя сердечный и горловой центры, плотно засели в моём теле (утверждение своего превосходства на уровне слова, недовольство, обида, претензии, пренебрежение мнением людей). По мере осознавания болезни стали отступать.

Господин Самомнение, вы сопровождали меня по жизни в течение многих лет, а сейчас нам пора расстаться. Отправляйтесь к моей второй половине, служите ему верой и правдой, усиливайте его человеческие качества, чуткость и внимательность. А на вашем месте я культивирую сердечность, открытость, смирение, уважение и чуткость!

Андрей Куршев

Самомнение

«Штирлиц любил стоять на своём...»
(Из народного творчества)

В подавляющем большинстве члены человеческого сообщества для поддержания внутренней уверенности и спокойствия нуждаются в мыслях о своей исключительности. Они свято верят в то, что уж он (она) не такие, как все. В них есть изюминка, есть свой собственный подход к делу, свой взгляд на вещи, у них есть только им присущая походка и способ общения с другими людьми. Они неподражаемы! Пусть это выражается даже просто в какой-нибудь элементарной мелочи, например, в умении с особым изяществом держать за столом вилку или быть умелым слушателем, или собирать вокруг себя интересную компанию, или просто в умении вовремя сделать загадочное лицо. Мы – это мы! И никто не может претендовать на нашу исключительность! Приятно и спокойно быть не таким, как все.

Только вот ведь беда! Приятно и спокойно до тех пор, пока этим восхищаются окружающие, пока на это обращают внимание, пока это кому-нибудь нужно. И если вдруг интерес к нашим талантам начинает иссякать, то нам становится плохо от того, что нас не замечают, нами не восхищаются, о нас не говорят. А этого нам как раз и не хватает. Остаётся одно: самим говорить о себе, напоминать о своих способностях. И обязательно в контексте каждого общения мы вставляем информацию о собствен-

ном «Я», о том, как оно мудро, ловко, интересно, загадочно или умело. Мы пытаемся через такого рода внимание и согласие других закрепить собственное представление о себе. Иначе оно рухнет, и мы останемся без нашего главного щита – мнения о своей исключительности.

Давайте вернёмся немного назад и вспомним, когда же появилось это странное желание всегда и везде отстаивать собственное мнение.

Воспитательница в детском саду ругает ребёнка за то, что тот написал мимо горшка. Называет его грязнулей, неряхой. Ребёнок унижен, ему стыдно и очень хочется доказать взрослой тёте, что он не такой, что всё произошло случайно. Но не ему тягаться с уверенной в своём праведном гневе женщиной. В теле так и осталось нескомпенсированное стремление к самооправданию.

Учительница в школе нерадивому ученику в раздражении бросает в лицо слова: «Тупой! Дурак! Не понимаешь самых элементарных вещей! Не выучишь урок, так и будешь всю жизнь дураком!» И всё это на глазах у всего класса. Теперь неизвестно, сможет ли этот ученик усваивать даже нетрудный материал. Ведь тело приняло команду и закрепило её через внутреннюю обиду, злость и ненависть к учёбе и учителям. И плюс ко всему, как он теперь будет вообще реагировать на другую половину человечества, если при виде женщины, похожей даже отдалённо на учительницу, начинают всплывать закреплённые в теле негативные эмоции.

Все эти состояния закрепляются в теле другими людьми, прошедшими подобное «обучение», набравшимся

«опыта» и раздающими его направо и налево, не заботясь о последствиях. И, конечно же, просто не осознавая всего этого. Подобный негатив подпитывается устоявшимися социальными взаимоотношениями, бытом, воспитанием, образованием, политикой, родственными связями и т.п. Вот такой набор внедрённых представлений и установок, полученных извне, мы выдаём за себя самого. И те квадратно-параллельные рамки восприятия, которые имеем, теперь примеряем ко всему, что наблюдаем в своей жизни.

Мать, отдавшая всю свою многострадальную жизнь детям, твёрдо уверена, что они обязаны ей вернуть долг, ухаживая, потакая её желаниям и причудам до самой смерти.

Ветеран, разуверившийся в идеалах, за которые воевал, обвиняет всех и вся в своей неудавшейся жизни.

Ученик, пришедший развиваться и совершенствоваться так, как он считает правильным, ни в грош не ставит Учителя, не оправдавшего возлагаемого на него доверия.

И если дети (в случае с матерью), люди (ветеран), Учитель или другие ученики не согласны с единственно правильным мнением нашего героя, выстраданным и выкристаллизованным самой жизнью, то они превращаются во врагов. Это вызывает агрессию, раздражение, обиду. «Если они не согласны с ***моим мнением***, – восклицает герой, – значит, они и меня ни во что не ставят!»

И действительно, человек, отождествленный с собственным мнением, загоняет себя в рамки искаженного восприятия реальности. А значит, удар по его мнению

равносилен удару по нему самому. Это вопрос Жизни и Смерти. Поэтому он вынужден защищаться и искать поддержку в согласии других.

Таким образом, ***самомнение*** – замкнутая на себя закрытая система, стабильность которой зависит от поддержки её другими подобными системами. Это очень неустойчивое состояние. Так что же делать? Неужели так и коротать век в угловатой коробке своего восприятия, опасаясь каждую минуту лишиться собственной жизни? Это же просто невыгодно! Намного выгоднее избавиться от монстра, чтобы повысить свою устойчивость!

Но что может измениться, спросите вы? Да самая малость – жизнь перестанет принадлежать вашему мнению, а перейдёт в вашу же безраздельную человеческую собственность. Поскольку внимание перестанет фиксироваться только на себе, на собственных интересах, то высвободится часть энергии, которая расходовалась на поддержку собственного мнения. Внимание получит импульс для ориентации вовне, на решение более важных для человека задач.

«Предположим, мы согласны измениться, – скажете вы, – но как, дорогой автор, мы сможем различить границу между собственным мнением, сложившимся у нас из стереотипов, и действительным положением вещей?»

Ну что ж, давайте, попробуем разобраться и в этом. Составим-ка списочек из нескольких признаков, характерных для собственного мнения:

1. Присутствие внутреннего разговора, через который происходит описание воспринимаемого. Конечным ито-

гом этого является словесная интерпретация произошедшего события, а не чувствование его.

2. Желание, чтобы нашу интерпретацию поддержало как можно больше людей.

3. Внутренняя закрытость, невосприимчивость к критике.

4. Агрессивная или раздражительная реакция на людей, подвергающих наше мнение критике.

5. Эгоцентризм, ставящий себя на место эталона возможных действий в описываемой ситуации. Сравнение себя с другими, естественно, в свою пользу.

6. Высокомерие и чувство «заслуженного» превосходства или погружённость в страдания.

7. Самое грустное – это отсутствие чувства юмора.

Истинное же знание никогда не сопровождается подобными состояниями. Оно направлено не на поддержание своей значимости, а на процесс гармонизации себя и окружающего мира.

Ирина Овсянникова

Собственное мнение

Собственное – значит моё. Мнение – опять же мне. Собственное мнение – двойное утверждение себя. В жизни выражение «моё собственное мнение» мы заменяем на более скромное «моё мнение», «мне кажется», «я так это себе представляю» и т.д.

А может быть, на самом деле всё и не так, как мы себе мним? А мы всё утверждаем себя и утверждаем…

Зачем, для чего? Что лежит в основе собственного мнения, что порождает его?

Формирует наше собственное мнение социальная система: воспитание, образование, семья. Социум – это спрут, который через воспитание собственного мнения (радио, телевидение, науку и т.п.), захватывает и использует человека как робота, т.е. механизм-придаток системы технической цивилизации. С детских лет образованные стереотипы фиксируются в теле человека на уровне эмоций, действий, рефлексов. Тестирование построено на этом. Нас всех «посчитали», чтобы вычислить, предугадать наше поведение. Мы предсказуемы… Отсюда прекрасная возможность манипулировать нами. Личность, у которой масса собственного мнения больше, обычно становится лидером.

Собственное мнение является набором стереотипных рефлексов, проявляющихся как представления. Наши представления делят мир на добро и зло, и каждый из нас имеет собственное мнение об этих категориях. У человека

сгорает дом. Для него это горе, зло. А для соседа – добро: «Спасибо тебе, Господи, что услышал меня и наказал этого негодяя!»

Если собственное мнение опирается на понятие добра, люди объединяются в группы здоровья, партию зелёных и т.п. Но разрушительное начало ведёт к желанию отстаивать своё мнение любыми путями вплоть до кровопролития.

Мы сами себе рисуем шахматные клетки и позволяем опытному шахматисту передвигать нас, как фигуры, используя наше собственное мнение, подогревая его, выращивая и превращая в чувство собственной важности.

Мы позволяем превращать мир из объёмного живого в мир представлений, компьютерных игр, где каждый знает свою клеточку. Мы сводим взаимодействие с миром к виртуальной компьютерной реальности. Остаётся только щит собственного мнения, за который мы прячемся.

Жизнь текуча, ситуации переменчивы. Человек, проживший полвека в довольстве, имеющий о себе мнение как об интеллектуале, везунчике, относящийся к элите общества, может волей кармы оказаться «на дне». И тогда этот щит собственного мнения рушится, неся разрушение и физическому телу. Появятся новые мнения, типа «они виноваты», «они меня обманули» и т.д. Роботизированный человек ориентируется на своё собственное мнение, стереотипы, личный опыт и не в состоянии отыскать истинную причину своего падения.

Человечество, находясь в состоянии собственного мнения, не может развиваться, потому что собственное

мнение блокирует сердечный центр, закрывает голову и разъединяет людей, отгораживая человека от окружающего мира. Пример – наше общество в сложившейся ситуации, наши парламентарии, которые свободно отстаивают свои точки зрения, собственные мнения, а выбраться из тупика до сих пор не могут. Нет единства, а есть борьба собственных мнений.

Видно, мы не дошли ещё до экстремальной ситуации, когда включаются другие механизмы, требующие единственно правильного решения, когда собственное мнение уходит, а ощущается необходимость в объединении усилий на общее благо.

Собственное мнение, как камень запазухой, будет сидеть в нас до тех пор, пока мы не ощутим всё человечество единым, живым, развивающимся организмом. И тогда на смену собственным мнениям придёт Знание, которое сделает людей сильнее, человечнее, гармоничнее…

***

Жизнь – дорога.
С наслажденьем прокачусь по ней, шутя.
Кони – собственные мненья,
Кучер – собственное Я.

Серый мнит: «Я – самый главный»!
Вороной: «Совсем один…»
Эй вы, кони! Кони-мненья!
Без сомнения летим!..

Мним до самоупоенья,
Мним до важности крутой.
Мчитесь, собственные мненья,
Охраняя мой покой.

Но Любовь – хозяйка Жизни,
Под уздцы коней берёт,
В стойло Силы помещает,
Дальше ехать не даёт…

Ох, Любовь, Любовь лихая…
Ох, теперь не знаю я,
Как же выглядит в натуре
Моё собственное «Я».

Сергей Аниськин

Самооправдание

Самооправдание – самостное оправдание себя в глазах других в системе своих установок.

Личность всегда права – основной постулат, позволяющий Личности чувствовать себя комфортно в любой обстановке и при любых ситуациях. Давайте рассмотрим процесс возникновения такого качества, как самооправдание.

Ребёнок, приходя в этот мир, не нуждается в оправдании своих действий, он просто живёт. В процессе взаимодействия с окружающими его личностями возникают негармоничные ситуации. Например, ребёнок в процессе познания мира разобрал дорогую игрушку, и это возмутило взрослых. Ребёнок воспринимает это возмущение, хочет казаться лучше и обманывает, говоря, что приходили другие дети и сломали игрушку, а он, так же как и родители, расстроен данным событием. Таким образом, Личность ребёнка обучается быть «хорошей» во взаимодействии с другими, не задумываясь о последствиях.

Комплекс самооправдания возникает как защитная реакция Личности, вызванная необходимостью доказывать окружающим, какая она замечательная и положительная, обычно из страха наказания за поступки и деяния, совершаемые в разрез с общепринятой моралью.

Рассмотрев варианты обучения Личности самооправданию, мы приходим к выводу, что Личности, живущие в человеческих телах – это маленькие дети, обиженные

и обижающие окружающих. Эти маленькие дети постоянно чего-то боятся, а страх наказания стаскивает силы человека на поиск путей оправдать свои действия в глазах других людей. Самооправдание превращается в гонку по замкнутому кругу, без возможности для человека, ассоциирующего себя с личностью, вырваться из него.

Человек, отождествленный с личностью, постоянно нуждается в доказательстве того, что он самый хороший и самый-самый… Его жизнь превращается во впихивание себя в рамки придуманного мирка, не имеющего ничего общего с безграничным миром Людей.

Что необходимо делать для выхода из круга самооправдания:

- Перестать давать оценки своим действиям: правильно или всё-таки неправильно…, хорошо или плохо…
- Чётко осознавать, что было совершено действие.

Человек осознающий, что он совершил действие, способен по-настоящему, без колебаний, сказать: «Да, я совершил действие, и я несу всю ответственность за него!» И, осознавая совершаемые действия, человек способен перестроить себя и окружающий мир в согласии со звучанием своего сердца.

Марфа и Сергей Аниськины

Самооправдание

Самооправдание требуется личности для удобства сохранения морали (координатной сетки поступков), которой она придерживается.

Личность использует самооправдание для отвода от себя ответственности. Ответственность – основное, чего панически боится личность. Личность по своей сути труслива, она готова порой горы свернуть, загубить невинную душу другого человека для доказательства всем, какая она хорошая и благородная.

Самооправдание не является частью истинной природы человека, чем-то изначально присущим его психическому и эмоциональному состоянию. Это чисто искусственная вещь. Обычная реакция личности – свалить вину на кого-либо другого (даже если виноват сам) или на обстоятельства, которые находятся вне контроля личности.

Личность не в состоянии принять на себя ответственность за совершённые ошибки, добровольно никогда не признает своей вины, предпочитая видеть себя правой… Конечно, это мешает нашему внутреннему росту.

Не может быть подлинного духовного развития, пока сохраняется привычка к самооправданию, поэтому жизненно важно постоянно осознавать стремление самооправдаться в неприятных ситуациях.

Как только мы перестаём оправдывать себя, мы получаем возможность увидеть себя и мир в истинном свете.

Когда мы начинаем признавать ответственность за то, что сказали или сделали, то к нам приходит смелость, проявляется искренность и, в первую очередь, перед самим собой.

Развивая в себе способность трезво видеть самих себя, честно и беспристрастно признавать, что сделанное действительно неправильно, мы совершим великий шаг навстречу к самопознанию и познанию Сути Бытия. Человек никогда не занимается самооправданием, потому что он не нуждается в этом.

У Личности внешне всё выглядит как надо. А по сути это только видимость. Но настоящее, живое есть только у сущности, у человека.

Там, где у человека открыто сердце, есть чувствование мира, ощущение своей связи с миром, у личности есть описание, представление, «проверенная», «надёжная» схема… Там, где у человека есть чувство понимания, спокойствия, уверенности, удовлетворённости выполненной работой, у личности этому соответствует самооправдание и программа робота…

На вход подаётся сигнал описания того, что происходит, на выходе происходит какое-либо действие или бездействие и, как результат, – самооправдание. Робот выдает сигнал: программа выполнена. Он не ощущает самого процесса, для него важен только результат. Для робота всё является непонятным, чужеродным. Он не знает, зачем выполняется эта программа, нужна ли она вообще, если нужна, то кому? Зато робот уверен: всё работает нормально, всё о'кей…

Способы для трансформации самооправдания:

- Отслеживайте в себе склонность к самооправданию.

- Не делайте вид, что его вообще нет, а если есть, то это очень плохо, поэтому нужно скрыть.

- Самооправдание надо полюбить, как часть самого себя. Надо научиться всё больше и больше его понимать.

- Объяснить ему идею Любви, учить его ощущать и чувствовать Мир.

- Дать ему, как мужчине, возможность участвовать в процессе одухотворения материи!..

Гортензия Асрян

Самоуверенность

Самоуверенность – иллюзия того, что всё зависит от моего хотения, и всё будет так, как я представляю. Божественные Силы в момент проявления самоуверенности в расчёт не принимаются. Самоуверенность – это значит, что человек обойдется без чьей-либо помощи, так как он сам всё сможет, отказа ни в чём не будет, всё будет так, как задумалось…

Самоуверенность основывается на глупости, важности и закрытости. В состоянии самоуверенности доминирует мысль о том, что Божественные Силы будут всегда и во всём помогать, потому что они обязаны. Отношение к Высшим Силам Человеческой Реальности как к дрессированной собачке: посвистел – они прибежали и служат, служат, служат…

Самоуверенность отрицает окружающий мир. В результате у человека пропадает трезвый взгляд на себя, и расцветает пышным цветом собственное мнение. Мнение других людей воспринимается как наезд, претензия и вызывает обиду за несправедливое обращение ко мне, любименькой, либо безутешные страдания от того, что такая несовершенная…

Самоуверенность перекрывает сердечный центр, и человек перестаёт реально ощущать людей, события и себя. Отстаивающему собственное мнение приходится всё время тратить силы, доказывая окружающим, что он прав, он такой хороший, а вовсе не такой, каким его видят окру-

жающие. И вообще все его видят неправильно, не так, как он хочет.

В теле нарастает напряжение. Телу, как физически проявленной Любви, совсем неинтересно подстраиваться под личностные амбиции. Из-за этого появляется усталость, беспорядочность, невнимательность, застой в делах. Да что дела! Жить и то становится неинтересно, потому что надо прилагать неимоверные усилия, чтобы красиво выглядеть в глазах других и т.п.

Чтобы не быть самоуверенной(ным) надо:

1) Излучать признательность, восхищение и благодарность Божественным Силам за то, что они позволяют жить.

2) Быть искренней, приняв себя такой, какая(ой) есть, т.е. пока несовершенной(ым). Ведь если ты – совершенство, то почему ещё не летаешь, позволяешь процветать нежити и т.п.? А если ты знаешь, что несовершенна(нен), то появляются силы измениться. Ведь страдания по поводу собственного несовершенства глупы, бессмысленны и и усиливают негативные проявления на планете.

3) Действовать, как подсказывает сердце и рекомендует инструктор.

4) Ощутить Жизнь. Открыться всем своим существом на мир. Почувствовать вкус жизни и подарить свои чувства любимым людям.

5) Не быть слишком серьёзной(ным).

Татьяна Тюрчева

Самоутверждение

Самоутверждение – это отсутствие обратной связи с Божественным, когда ты полностью ощущаешь только свой эгоизм, отождествляя себя с ним.

Самоутверждение – утверждение своего эгоизма и отстаивание его перед другими. Это когда ты стоишь на ноге соседа и чувствуешь, что тебе это удобно. Самоутверждение – полное отождествление с эго, когда себя чувствуешь всегда и во всём правой, когда никого и ничего не слышишь кроме своего эгоизма. У самоутверждающегося человека проблемы с голосовыми связками, с верхней частью позвоночника, со слухом и вечной внутренней болтовнёй.

Самоутверждение сопровождается обидой и агрессией. Самоутверждающийся похож на тетерева на току, который слышит только себя. Личность любить в принципе никого не может, так как ориентирована только на себя. В лучшем случае она может испытывать симпатии, но чаще она осуждает, критикует и ненавидит. Сама же критики в свой адрес не переносит – отсюда и ненависть. Допускается иногда самокритика мазохиста: «Вот, я какая плохая! Я про себя всё сама знаю!»

У личности нет других интересов в жизни, кроме пребывания в состояниях оценки: хорошо-плохо. Но личность – это конгломерат энергий, и она – часть меня. И этот конгломерат содержит энергии всего моего рода.

Встав на путь развития и совершенствования, необходимо договориться с этой своей частью, напоминающей

запутанный клубок шерсти. Терпеливо и настойчиво распутывать, знакомиться с энергиями, которые представляют из себя конкретных существ – это и есть работа над собой. К этому необходимо иметь интерес, так как эти энергии хотят жить.

Но кто распутает этот клубок, и кто найдёт подходы к личностным энергиям, если всё в тебе – личность?

Андрей Мирзаянц

Ситуации

Ситуации в нашей жизни занимают замечательное место. Можно сказать, что неразрывная цепочка ситуаций и составляет нашу жизнь. Ситуация – это сплетение в клубок времени, эмоций и обстоятельств. Формировать ситуации мы можем сознательно своим намерением и желанием, постоянным настроем на гармонизацию мира «внутри себя» и «вовне». Нужно ощутить чёткую взаимосвязь между ситуациями, приходящими к нам, и нашим отношением к ним.

Если есть настрой на гармоничное решение ситуации, то, в принципе, не так важно, будет ли она такой, как мы планируем, или станет отличаться по форме, характеру и эмоциям – важно высвободить ту энергию, которую она в себе несёт. Ведь мир и тело человека формируют ситуацию именно таким образом, чтобы решить самые важные в это время для человека вопросы.

Из ситуаций складываются события. Если пытаться уйти от решения ситуации, то жизнь сформирует событие, которое окажется не очень приятным: неприятности на работе, ссоры в семье, болезни и т.д. Такие события предупреждают и чётко указывают на наличие нерешённых ситуаций.

Каким будет событие, целиком зависит от нас. Если не затягивать узел, а гармонично выходить из любой, даже кажущейся незначительной ситуации, то негативное со-

бытие может вообще не произойти или его форма станет мягче.

Какие бы ситуации не происходили с нами, они есть проявление жизни. Нужно понять, что происходящее не может быть плохим или хорошим. Необходимо научиться относиться к любой ситуации как к Божественному подарку. Ориентируясь на своё сердце, осознавать глубинные причины ситуаций и гармонизировать их.

Взаимодействуя с миром, мы притягиваем различные силы и энергии по резонансам нашего тела. Мы, словно паук в центре паутины, должны улавливать малейшие колебания её нитей, ощущая и гармонизируя все потоки энергий, которые стекаются к нам.

Чтобы правильно решить ситуацию, надо научиться чётко ощущать связь с Божественными Силами. Опираясь лишь на желание получить конечный результат, можно утратить стратегический контроль и перестать чувствовать контакт с Божественными Силами.

Фиксируясь лишь на приятном исходе ситуации, мы привязываемся к нему и неизбежно упускаем из виду другие стороны. Например, если ситуация сложилась так, как нам нужно, то цена, которую за это надо заплатить, может оказаться непомерно высокой и свести на нет положительный результат.

Как понять, правильно решена ситуация или нет?

Если решение правильное, то между участниками устанавливаются гармоничные отношения. А внутри нас самих появляется ощущение свободы и силы, становится

легче дышать. Но самым надежным критерием является то, что гармонично разрешённая ситуация не повторяется.

Если же ситуация решена негармонично, то остаются причины, вызвавшие её и увеличивается количество несоструктурированных энергий. Следующая ситуация в этом случае будет тяжелее и затронет более широкие сферы жизни: дом, работу, здоровье и т.д.

Работа с ситуациями в прошлом начинается с перепросмотра негармоничных ощущений от них. В этом случае нужно вспомнить ситуацию и чётко представить её. Ощутить себя вновь в её центре, со всеми чувствами и эмоциями, которые уже были пережиты. Формируя правильное отношение к ситуации, мы меняем своё прошлое. Происходит трансформация собственных качеств и возврат в тело энергии.

Способов работы с прошедшими ситуациями великое множество. Это может быть стихотворение или памфлет о своём поведении, смешная история или песня, если стержневым качеством, на которое пришла ситуация, были важность, обида или жалость к себе. Юмор, как пламя, трансформирует настоящие и прошлые негармоничные проявления. Главное – творчество и радость от проделанной работы.

Татьяна Игнатьева

Смелость

Смелость проявляется, когда человек может растождествиться со своими страхами и действовать в ситуациях адекватно и быстро так, чтобы действие привнесло в ситуацию максимальное количество Божественных энергий, и ситуация ощущалась как гармоничная и светящаяся.

Смелость я активизировала так.

Перед выполнением танца «Смелость», я обращалась к Божественным Силам с просьбой показать в теле места, откуда появляются и мешают жить по-человечески страх, неуверенность, ограниченность. Во время танца я просила Бога помочь трансформировать негуманоидные энергии в моём теле и впустить энергии Божественной сути.

В течение дня, отслеживая свои состояния, я отлавливала моменты проявления в теле страха и неуверенности. Понимая, что эти ситуации приходят по моему запросу, обращалась к своей Божественной Сути чтобы трансформировать те энергии, которые тело ощущает как страх и неуверенность, в смелость.

В физическом проявлении это выражалось в том, что в тех делах и ситуациях, когда раньше я предпочитала не действовать или молчать, сейчас стремилась действовать активно.

Очень помогает в активизации смелости сонастройка с людьми, которые легко действуют в ситуациях, вызывающих у меня неуверенность и страх.

Смелость даёт возможность признаться в своих несовершенствах, принять себя такой, какая есть. От этого становится намного легче, потому что не надо ничего изображать, можно быть самой собой, искренней по отношению к себе, к людям, к ситуациям.

Смелость – это состояние слияния с Божественной Сутью, когда все твои действия направлены на исполнение Божественного предназначения.

Сергей Игнатьев

Смелость

Те, кто сознательно посвятил жизнь Великой Цели, счастливее тех, кто трусливо прятался или бежал от сражений и ситуаций – они так и уйдут в небытие в мутной пелене страха: они ему поддались.

Я сам допускал половинчатость и компромиссы – боялся, а компромисс – это предательство.

Смелость – это дорога к бесстрашию.

Быть смелым – значит сметь, то есть делать что-то, что кажется трудным или невозможным. Смелый делает преодолевая, бесстрашный – просто делает. Преодоление внутренних и внешних барьеров и ограничений делает человека смелым. Смелость – это готовность к преодолению, проявляется в том, что испытываешь приток Силы от накатывающих энергий, требующих преодоления, то есть структурирования.

Оксана и Александр Старшиновы

Смелость

В начале работы было ощущение, что этого качества в теле нет вообще. Потом начали всплывать образы литературных и киногероев, которые общепринято считаются смелыми, попытка подстроить их состояние под себя. И, наконец, этот поиск увенчался появлением и накоплением в теле состояния смелости. Нашего собственного состояния. Почему нашего? Потому что при работе в паре появилось ощущение, что качество у нас одно на двоих.

Смелость – отвага, решительность, отсутствие боязни затруднений, опасности, препятствий. В процессе работы усилилось ощущение, что достижимо всё, и сила на стороне смелых и решительных.

Мы ощутили, что смелость возможна в состоянии искренности. И если искренность – это свет, то смелость – сила этого света. В процессе работы по проявлению смелости увеличилась искренность. Стало важным в самих себе открыть все тёмные и мутные уголки, чтобы там было светло и прозрачно, выявить «невидимые» ситуации, «вскрывать» те моменты, которых избегали раньше.

Внимание переключилось с внешнего антуража на суть процессов. Вместо привычного мазохизма в негармоничных ситуациях появился интерес к выявлению этих дисгармоний и их нейтрализации.

Александр Савенков

Смерть

Негуманоидными силами в человечество внедрена очень мощная и категоричная программа, направленная против жизни. Это – желание умереть, которое присуще практически каждому человеку на земле. Она заложена на генетическом уровне и является одной из доминирующих программ человечества.

Эта программа заложена ещё в те времена, когда люди потеряли бессмертие. И, как бы это не казалось невероятным, при всём своём явном желании жить, человек подсознательно (неосознанно) стремится по-настоящему только к одному – к смерти. Кроме того, он желает смерти другим людям, чем ещё больше усиливает действие этой программы. Любые проявления человека на земле, носящие характер разрушения, будь то войны, экологические загрязнения, болезни и т д., также являются следствиями желания умереть.

В человеке эту программу может запускать всё, что напоминает о смерти, начиная с неправильного отношения ко времени, когда его течение воспринимается как приближение к смерти, включая фильмы со сценами убийства и насилия, репортажи с войн, мест происшествий и т.д. Может показаться, что просмотр подобного пробуждает желание жить, но реально происходит обратное – ещё более плотное погружение в программу.

Другой пример запуска программы – кладбища, их вид, посещения умерших родственников и т.д. Религии

также поддерживают и укрепляют программу смерти, являясь наставниками Человечества на пути к загробной жизни.

Существует множество других примеров запуска и действия программы смерти. Важно научиться видеть и контролировать эти процессы, а также уметь трансформировать негуманоидное желание умереть в Божественное желание Жить, обладающее бесконечной Силой, несущее жизнь на планету и бессмертие всему человечеству.

Олег Ютанов

Смирение

Что такое смирение? Это состояние единения с окружающим миром (с-МИРом) настолько полное, что человек начинает слушать и слышать окружающий его мир. Начинает воспринимать себя как часть мира, а мир – как неотъемлемую часть себя.

В этом состоянии совершенно меняется отношение человека с миром и реакции (в том числе и эмоциональные) на ситуации, которые приходят... В этом состоянии человек уже не может не принимать то, что с ним происходит. Подумайте сами, ведь если он и мир – это одно целое, то как можно не принимать в себе что-то? Оно всё равно есть (другой вопрос – насколько вы удовлетворены этим?). Например, если мы впервые встали на коньки, то до тех пор, пока мы не научимся кататься (пока не овладеем силой), мы будем выглядеть неуклюже, нам будет тяжело, может даже кто-то и найдёт это смешным. Но в любом случае, это факт, я плохо (пока!) умею кататься. А раз так, то не имеет смысла злиться, впадать в уныние, идти и колотить тех, кто умеет, или наоборот избегать ледовой дорожки (а ведь именно так проявляется неприятие...).

Негармоничная ситуация похожа на болезнь тела. Эту болезнь необходимо лечить, а не страдать или стараться забыть. Необходимо начать работу по установлению гармонии в мире.

Смирение всегда идёт вместе с такими состояниями, как скромность и спокойствие.

Скромность приходит, как умеренность в запросах. Если не нужно кичиться и выделяться, то зачем лишнее внимание, лишние вещи и т. д. Если человек воспринимает интересы окружающего мира, как свои собственные, волю мира, как свою и даже большую (покорность), то для жизни необходимо только то, что необходимо для реализации идей всего мира. А это может быть как много, так и мало вещей, денег, власти и т.д.

Состояние спокойствия как один из оттенков состояния смирения, приходит, когда человек теряет эгоценности и ему уже нет необходимости суетиться, чтобы выделиться и беспокоиться за свой образ самого-самого.

В русском языке глагол «смирять» имеет ещё два интересных значения.

Первое: смиряться – значит помириться, установить гармонию. Второе: смирить – умертвить.

В словаре В.И. Даля есть пример смирило – палка, которой убивали рыбу, что означает смирение в этом смысле. Наверное то, что человек должен призвать энергии смерти для того, чтобы они преобразовали структуры эго, которые разделяют человека с миром. Человек, призывающий смирение, должен умертвить эго в себе и по Закону Гармонии выстроить новые взаимоотношения с окружающим миром, т.е. с самим собой, стать активной и созидательной его частью, кроткой и созидающей во имя и на благо общего.

Игорь Моргунов

Смирение

С-мир-ение, т.е. единение с окружающим Миром, ощущение связи с ним.

Смирение является одной из основ совершенствования человека, поскольку коренится в глубочайшем доверии к Жизни. Только будучи смиренным, человек способен слышать силы мира, видеть, принимать ситуации и адекватно действовать. ***Смирение является основой видения***.

Смирение появляется в результате осознания того, что все приходящие к человеку люди, события и ситуации посылаются ему Божественными Силами для его же совершенствования. Осознавая себя Божественной Силой, Духом (Душой), человек начинает понимать, что весь процесс жизни – способ проявления человеческого могущества в физическом мире. Но, только искренне приняв, со всеми недостатками, текущие условия своего существования такими, какие они есть, человек получает возможность преобразовывать себя и своё физическое тело, а значит и увеличивать собственное всемогущество. Осознавая причины появления различных ситуаций в своей жизни, человек принимает их с благодарностью.

Будучи смиренным и беспристрастным, находясь в состоянии внутренней тишины и прозрачности, человек ощущает и видит своё место в мире, а чуткость и внимательность позволяют ему адекватно и быстро реагировать на изменения.

Смирение – это одна из основ позитивного видения. Позитивное видение подразумевает тотальное принятие всего, поскольку всё есть Бог.

Правильно понимая происходящие ситуации, видя себя в них, человек получает возможность оптимального пути развития, то есть он прилагает нужные усилия в нужном направлении в нужное время. Он не перерасходует энергию.

В состоянии смирения человек может лучше ощущать и своё Божественное Предназначение, и все силы личной кармы, а значит и адекватно оценивать свои возможности. Но какими бы «неблагоприятными» не были условия кармического рождения, человек понимает, что, только собственные усилия в развитии и совершенствовании имеют значение. Как ёмко сформулировал ещё Н. Рерих: «*Благословенны препятствия – ими растём!*»

Таким образом, так называемые «препятствия» являются лучшими союзниками человека в развитии и совершенствовании, но увидеть это можно, будучи в состоянии смирения.

Георгий Ижа

Смысл жизни

Для кого-то жизнь – это дом, семья, дети; кому-то от жизни нужен достаток, удовольствие от еды, одежды, вечеринок и т. п. Для кого-то жизнь – служение Богу, Государю, Отечеству. Сколько людей – столько и разнообразных жизней, столько и смыслов. Но смыслы эти индивидуальны для каждого. А что же с общим, высшим предназначением человека? Зачем он на Земле и куда движется?

Все мы знаем, что «Человек – это звучит гордо!». А гордость за что? За увядающую молодость и дряхлеющее, болеющее тело? За идеи и цели, которые оправдывают всё и приводят к уничтожению себе подобных и окружающей природы? За понимание человека как царя природы, уничтожающего ради своей выгоды всё вокруг? Нет, не за это. А за человеческие качества: искренность, открытость и внимательность, умение восторгаться, любить и радоваться.

В этом проявляется Человек с большой буквы, которым мы стремимся стать, реализовав себя как Мужчину или Женщину. Осознав себя как Творца, родившегося в физическом теле здесь, в нашей реальности, мы расширяем возможности физического тела, интеллект и глубину эмоциональных проявлений, мы развиваемся и совершенствуемся, своим бытием, мыслями, чувствами усиливая Жизнь.

Андрей Куршев

Смысл жизни

С рождения перед человеком стоит выбор: каким образом жить дальше, чему учиться, что делать. Каждое мгновенье мы выбираем. И выбор этот диктует нам сама жизнь. Она всё время подталкивает нас к определённым действиям, заставляя участвовать в тех или иных ситуациях.

- И где же, – спросите вы, – здесь выбор? Ведь за нас давно всё решено, и нам лишь приходится действовать в соответствии с навязанными, так называемой Судьбой, обстоятельствами?

И будете абсолютно правы… Действительно, у каждого человека есть своё Предназначение, и мы, так или иначе, должны будем участвовать в определённых событиях, позволяющих максимально проявить потенциал нашего Предназначения. Но выбор как раз и заключается в способе участия, в индивидуальности каждого действия, которое мы предпринимаем, во внутренней ответственности перед той великой Силой, которую мы так просто называем Судьбой. Ведь в наших с вами возможностях заложен способ гармоничного решения любой ситуации. Человеку никогда не даётся то, с чем он не в состоянии справиться. Даже перед лицом смерти всегда есть выбор: кем умереть – человеком или потерявшим человеческое лицо существом.

Вы снова можете мне возразить, что если бы мы владели такими возможностями, то Земля давно бы уже пре-

вратилась в Цветущий Сад. Но не будем забывать, что возможность – это ещё не проявленный факт. Это вероятность предстоящего события. А чтобы она стала реальностью, необходимо научиться выстраивать свою жизнь так, чтобы каждое действие было направлено на воплощение в жизнь человеческого потенциала.

И вот тут мы затрагиваем самую сердцевину нашего человеческого бытия, высвечивая из темноты смысл своего Предназначения. Это способность быть Человеком, который учится совершать гармоничные поступки в каждое мгновение жизни, позволяя осуществляться воистину магическому процессу усиления Жизни и превращению Земли в тот самый Цветущий Сад.

Хорошо, вернёмся с небес на землю. Посмотрим, как проявляется процесс обучения в повседневной жизни.

Маленький ребёнок с момента рождения учится владеть своим физическим телом: держит головку, затем ползает, ходит, говорит... У всех детей это происходит примерно одинаково. Но никто из них не находится в равных условиях. У каждого своя семья – мама и папа, свой дом, свои игрушки. А значит и процесс обучения индивидуален. Он диктуется условиями индивидуального бытия, присущими только этому конкретному человечку. Собственными силами он находит лучший путь для своей реализации. Ребёнок подрастает, и перед ним уже не просто задача – научиться владеть физическим телом, а он должен познать другие законы – законы социальных отношений.

Чем взрослее человек, тем больше его ответственность за свою жизнь и судьбу. Тем тщательнее он должен определять приоритеты своей жизни. Тем значительней последствия его решений и поступков. Он совершенствует способы и методы постижения мира, законов жизни, бытия. А понимая, что непознанного ещё очень много, он снова делает выбор – в каком направлении двигаться дальше, определяя необходимые приоритеты. Говоря военным языком, это – стратегия. Совершенствование же способов достижения поставленных задач – это тактика. Чем совершеннее тактика, чем глобальнее стратегия, тем больше человек приближается к реализации своего Предназначения, слиянию со своей Судьбой. Он перестаёт корить и бранить её, а пытается осознать её планы по отношению к самому себе… Он уже понимает, какие Дары преподносит ему эта замечательная сила – Учитель Судьба.

Следуя планам Судьбы и выбирая лучшую стратегию (развитие) и тактику (совершенствование) своего бытия, мы приобретаем одну из основных человеческих способностей – способность к всемогуществу. Тогда получается, что развитие и совершенствование человека – это основной план Судьбы по отношению к нему. Для человека он является главной движущей Силой. Судьба раздвигает рамки ограниченности каждого человека.

Марфа Аниськина

Сомнения и уверенность

У обывателей сомнение отрицательным не считается. Наоборот, неуверенность и сомнение являются признаками склонности к размышлению, анализу, проявлением высокого ума, больших знаний, начитанности. Человек, который во многом сомневается, выглядит степенным, основательным, умным. Он живёт в спокойно-размеренном ритме, всем удовлетворён, никаких перемен ему лично не нужно, у него во всём ощущается стабильность, размеренность, защищённость. Как это ни удивительно, но это признаки только внешние, они лишь видимость, иллюзия…

В действительности сомнение является негуманоидным качеством, разъедающим человека изнутри. Поэтому всё, что человек делает в этом состоянии, является бесполезной суетой. Совершая действие в состоянии сомнения, человек пытается что-то построить на сыпучем песке внутренней купли-продажи.

В процессе принятия решения такого человека одолевает множество противоречивых размышлений:

- Что я лично с этого буду иметь? Как бы мне не прогадать?

- Почему это должен делать я? Пусть это делает кто-то другой.

- А вдруг за это решение придётся нести ответственность? Некогда мне этим заниматься.

Возможно, эти вопросы так чётко даже не осознаны и не сформулированы, но присутствуют всегда. Поэтому, сомневаясь в процессе выполнения действий, человек не чувствует Уверенности, Спокойствия, Радости, Ясности, не говоря уже о Благодарности к людям. Да и совершив действия, он продолжает сомневаться:

- Всё ли сделано правильно?

- Не зря ли я это сделал?

- Правильно ли поймут окружающие? И т.д.

В такой непрерывной внутренней болтовне тратится основная часть Силы, которая была дана для созидательного действия. Более того, человек устаёт, утомляется, ещё больше теряет ориентацию и ещё больше запутывается.

От постоянных сомнений в теле возникают дискомфорт и усталость, перед глазами появляется тёмная пелена, в эмоциональной сфере происходит отупение, а в интеллектуальной – непонимание и раздражение.

Основой же всего является внутренняя купля-продажа. Человек считает, что обязанности у него отсутствуют, что должны только ему, а сам всё делает как величайшее одолжение, у такого человека нет ни Цели, ни Смысла Жизни. Во всём он ищет выгоду, прежде всего для себя. Такой человек не живёт реальной жизнью, а пребывает в виртуальной иллюзии жизни, откладывает жизнь на будущее. На таких людей ни в коем случае нельзя полагаться и рассчитывать, в любой момент они предадут и подставят на 200%.

Взаимодействоать с такими людьми надо спокойно и доброжелательно, понимая и учитывая их «особенности».

Появление сомнений означает, что внимание переместилось в личность, поэтому бесполезно пытаться разбираться в сомнениях без понимания этого.

Очень тесно с сомнениями связано такое качество, как неуверенность. В его основе находится страх преобразования. Пребывая в состоянии купли-продажи, человек боится позитивных преобразований, направленных на усиление его человеческих качеств. Да они ему даже и не нужны. Такой человек решения принимает неуверенно, действия совершает осторожно, подстраховываясь со всех сторон, а после совершения действий неуверенность только увеличивается.

Энергию неуверенности можно преобразовать в ясность, собранность, чёткость, аккуратность. Для этого необходимо помнить главную Цель и чётко понимать промежуточные Цели, которым нужно следовать в каждый момент времени. Чем чётче видится Цель, тем больше ясности, спокойствия, света и радости.

Если по какому-либо вопросу есть сомнения и неуверенность, надо настроиться на силу Любви, потом мысленно представить все варианты возможных действий и выбрать тот вариант, при котором в физическом теле появятся спокойствие, сила, уверенность, лёгкость.

Вместо того, чтобы сомневаться и быть неуверенным, гораздо лучше знать, что всё, что мы делаем – мы делаем прежде всего для себя самих, а не для начальника, руководителя и т.д. Поэтому в процессе действия лучше не ожидать похвалы, а ощущать лёгкость и радость от выполнения. В этом случае, даже если реальный результат

не будет совпадать с ожидаемым, в физическом теле позитивная созидательная энергия закрепится, и энергетические дыры будут уменьшены или закрыты. А у самого человека увеличится сила, и он станет более цельным.

Подводя итог, можно сказать: чем чётче человек знает, чего именно он хочет, тем меньше у него сомнений и неуверенности.

Игорь Артюшин

Сомнения и уверенность

В разные периоды времени большинство людей испытывают такие состояния, как уверенность в себе и сомнения.

От чего же они зависят?

Уверенность – это вера в себя, свои силы, знания.

Истинная уверенность появляется тогда, когда человек в своем развитии достиг полного слияния с Божественным Духом, когда его намерение сливается с намерением Духа. Особенно, когда этот путь он проходит не один, а с любимой, верящей в него, женщиной.

Однако, для человека, воспринимающего мир глазами Личности, которая не понимает и боится окружающего мира, состояния уверенности и сомнений нестабильны и постоянно переходят одно в другое. ***И пока внимание человека большую часть времени базируется в личностных энергиях, ему никогда не достичь состояния истинной, полной уверенности и спокойствия.***

Понятие уверенности в личностном аспекте имеет свою градацию: от более уверенных в себе личностей, до менее уверенных и совсем неуверенных. Эта градация зависит от стереотипов и установок, которые были внедрены в человека в процессе его жизни.

Основную роль в формировании нерешительности и неуверенности играет среда, в которой рос человек. Если ребенок воспитывался в условиях, где родители сами не

уверены в себе и нерешительны, то эта матрица поведения переходит также и к нему.

В семьях, ***где воля ребёнка подавлялась***, где он был лишён возможности принимать самостоятельные решения и нести ответственность за свои действия, у детей также ***развивается комплекс неполноценности*** и вытекающие отсюда – неуверенность и нерешительность.

А там, где оценка ребёнка родителями постоянно ***завышалась***, если выполнялись все его прихоти, у него может проявиться ***самоуверенность***, базирующаяся на раздутом чувстве собственной важности.

Для избавления от сомнений можно, например:

1. Раз и навсегда определить для себя смысл и цель жизни и действовать соответственно этим целям без колебаний и сомнений;

2. Ориентироваться только на сущностную сторону своего «Я», контролируя попытки Личности посеять сомнения в нашем уме. Процесс трансформации качеств не простой. Но, если проявить настойчивость и устремленность, то рано или поздно (зависит от самого человека) будет получен положительный результат.;

3. Решительно стереть старые стереотипы поведения, заменив их на новые качества, соответствующие поведению нормального, спокойного и уверенного в себе человека.

Клара Филина

Сострадание

«Страдание – основная эмоция современного человека и наших предков, захваченных силами сатаны... Накапливающаяся отрицательная энергетика в человеке – основная причина многочисленных аварий и катастроф».

В.А.Шемчук. «Возвращение рая»

Это всё в полной мере относится и к такому негуманоидному чувству, как сострадание. В словаре Даля об этом чувстве сказано так: «Сострадать – значит страдать вместе». Но для чего и с какой целью надо брать на себя чужие страдания?

Частица «со» выражает общность чувств, захваченных общим отрицательным полем эмоций. Это такие чувства, как: сочувствие, сожаление и т.д.

Все эти качества сближают людей по отрицательным эмоциям, и ослабляя жизненные силы, не принося ничего взамен. При этом в худшем положении оказывается тот, кто добровольно берёт на себя роль сострадателя. При этом он проникается отрицательными вибрациями того, кто наваливает свои горести и печали. Что получается: отрицательные вибрации страдающего перетекают к жалеющему, усиливая эго.

А рядом с чувством сострадания всегда идёт жалость. Жалость и сострадание – родные сестры негуманоидного мира. Страдающий и жалеющий вовлекаются в энергети-

ческое взаимодействие, усиливая отрицательные качества и депрессию.

Рассмотрим различные ситуации этого печального действия.

Исходное начало: встречаются два человека. Один из них полон жизненных сил, радостной энергии – это № 1. Другой человек жаждет передать, поделиться негативными эмоциями, несчастьями, горестями – это № 2.

Каков итог этой встречи в эмоциональном, физическом и энергетическом плане?

1) Когда № 2 поделится всеми своими горестями эмоционально с № 1, то жизненные силы № 1 и его энергия переходит к № 2. Это есть вампиризм в чистом виде. № 2 подпитывается жизненной энергией, поднимает свой эмоциональный тонус, а № 1 впадает в хандру и депрессию.

2) Возможно, что № 1 погружается и усиливает свои негативные эмоции, заставляя № 2 вместе испытывать негативные чувства. В результате идёт усиление негатива и потеря у обоих жизненных сил.

3) Оптимальный вариант. Если №1 имеет большой запас жизненных сил, у него открытое доброе сердце, то тогда он силой своих морально-психических качеств, своего внутреннего душевного тепла и энергии поднимает № 2 до равновесия душевных сил и духовного комфорта!

В старинных книгах по древней медицине говорится: «От раздумий страдает селезёнка, от тревог – лёгкие, от гнева – печень, от страха – почки, от печали – сердце».

При сострадании в первую очередь страдает сердце, центральная нервная система, ухудшаются сосудистая и

лёгочная системы. Если сильно проникнуться горестями и печалями, то усилятся те заболевания, что были в состоянии ремиссии. Может измениться (понизиться или повыситься) кровяное давление, заболеть суставы рук, ног. Облик страдающего человека имеет понурый сгорбленный вид, на лице непроходящая печаль, уныние, тоска.

А ведь только положительные радостные эмоции улучшают и укрепляют физическое и психоэмоциональное состояние, заряжая лучами Здоровья, Радости, улучшают и преобразовывают Мир!

Взамен сострадания надо усиливать в себе качества: внимательность, чуткость, доброту, отзывчивость, Любовь и великодушие. Вырабатывать активную позицию в жизни. При этом вместо безрезультатного «сострадания» надо ставить для себя вопрос: «Что я могу сделать? Как найти выход из создавшейся ситуации?»

И для усиления жизненных сил попросту перевести негативное положение в позитивное решение. Ведь только радостные, уверенные в себе люди могут умножать свои силы и преобразовывать мир.

При этом не нужно охать и бесцельно тратить свои энергии, отвечая на следующие вопросы: «За что это мне? Почему это со мной? Кто в этом виноват?».

Надо с чуткостью, вниманием помочь разобраться и вместе ответить на следующие вопросы:

- Что произошло?

- Чего не хватило, чтобы получились положительные результаты?

- Что конкретно ещё надо сделать?

Предложить пересмотреть негармоничную ситуацию для возврата утерянных жизненных энергий.

Всем нам присуща смена настроений. Обычно наше эмоциональное состояние и восприятие мира колеблется в виде маятника. Задача каждого – держать своё эмоционально-психическое состояние так, чтобы колебания маятника были минимальными, и чтобы наше мироощущение резко не отклонялось в сторону депрессии.

Для запуска положительных резервов, усиления жизненных сил и создания хорошего настроения, кроме физической зарядки ежедневно нужно делать ещё и утреннюю интеллектуальную зарядку.

Это здорово помогает при утренней настройке, усиливая положительные эмоции на день:

1. Что сейчас в моей жизни делает меня счастливым, помогает мне жить?
2. Что сейчас в моей жизни делает меня энергичным?
3. Что делает меня уверенным в себе?
4. Что делает меня доброжелательным?
5. Кого я люблю и кто меня любит?
6. Что даёт мне силы стоять на Земле?

Елена Свистунова

Старость

Работая инструктором-оздоровителем в группах в системе соцобеспечения с людьми старшего возраста, я столкнулась с распространённым отношением людей к старости.

Большинство просто отмахивается от этой проблемы, смиряясь с тем, что тело теряет силы и физически, и эмоционально.

Существует общепринятое мнение, что старость – это естественный венец благополучной жизни любого человека. А букет всевозможных болезней, недомоганий и осложнений – это показатель его жизненных заслуг, которые он приобрёл, не щадя живота своего, вкалывая на общее благо и светлое будущее. Поэтому, в зависимости от этих заслуг, получает и награды – инвалидность, бесплатные лекарства и т.п.

В итоге, люди, находясь на заслуженном отдыхе, т.е. доживании, не прикладывают усилий для поддержания тела в тонусе. Отдых от жизни ещё при жизни – это ли не прекрасно! Это как памятник, поставленный при жизни, – сколько гордости за себя самого просыпается...

Нужно ли заслуженным старикам возрождать свой организм? Это ведь снова надо трудиться, а они уже отошли на покой... Их повреждённые органы и ткани – это их гордость; каждому видно даже по выражению лица старика, какой огромный вклад вложил он в светлое будущее.

Нужно ли призывать их к оздоровлению и омоложению? Не будет ли уязвлено их чувство собственного достоинства? Объяснять этим покоящимся, что все органы можно восстановить, избавиться от хронических болезней... А как же заслуги? А будут ли они тогда инвалидами? А на что жить? А вдруг надо будет снова на нелюбимой работе ломаться?

И вот приходят такие старушки из соцобеспечения в оздоровительную группу, даже снисходят до выслушивания предложений инструктора о том, с чего нужно начать процесс омоложения, а потом с радостью восклицают: «А мы не можем делать клизму, нам врач не разрешает, потому что у нас запор, геморрой и хронический колит! А ты, инструктор, должен омолодить нас без стремления, желания и усилий с нашей стороны. И омолаживай! Что ж дураками не попользоваться, не похихикать над ними – и в «тиятер» ходить не надо...»

Вот и происходит смена старушек в таких группах чуть ли не еженедельно. А инструкторы у нас люди сердечные, открытые, никого не обижают – всем дают Любви по потребностям. Но не узнают потом, куда делись старушки-то.., может уже омолодились? Поэтому, уважаемые инструкторы, для убедительности действия вашей оздоровительной методики, проверяйте, куда исчезают старушки из группы!!!

Елена Белавенцева

Старость: её причины

В жизни каждого человека наступает момент, когда слова «старение» и «старость» вызывают беспокойство, тоску, раздражение и безысходность. У женщин этот момент наступает раньше, так как женщины придают очень большое значение тому, как они выглядят. У мужчин – позже, так как считают, что они ещё «ого-го», ещё молодых за пояс заткнут, но... Рано или поздно мы должны признаться себе – да, это старость, и смириться с неизбежным. А может не смиряться? А может быть, это не неизбежно?

Старость – такой период жизни, в котором происходит постепенное ослабление деятельности организма. При этом происходят внутренние и внешние изменения в организме.

Человек не является автономной системой. Он – часть мироздания и постоянно взаимодействует с ним. Рассмотрим аспекты этого взаимодействия, ведущие к старению организма.

Наше тело напрямую зависит от того, что мы в него впускаем – пищу, воду, воздух, эмоции. Не будем здесь разбирать основы рационального питания, об этом говорилось уже достаточно. Заметим лишь, что отсутствие культуры питания и полное неведение того, как функционируют наши внутренние органы, конечно же, ведёт к быстрому старению организма.

Ещё один фактор – гиподинамия, бич нашего времени. Ведь жизнь – это движение. Движется всё: от эле-

ментарных частиц, составляющих атомы, до галактик. В человеческом организме тоже идёт постоянное движение, от внутриклеточной жидкости до более крупных систем (кровь, лимфа, мышцы и т.д.). Поэтому, если человек не активен, ведёт малоподвижный образ жизни, он прокладывает себе прямой путь к старению и дряхлению (отложению солей, шлаков, токсикации и т.д.).

Не говорю уже о вредных привычках, которые просто специально предназначены для уничтожения организма. Итак, осознанное отношение к пище, очистительные процедуры, активный образ жизни, специальные комплексы дыхания (цигун), энергетическое восстановление (йога), закаливание, релаксация, т.е. здоровый образ жизни – вот резерв молодости и здоровья.

Но что же мешает нам вести такую жизнь, и почему все перечисленные приёмы лишь отодвигают старость, но не могут полностью остановить старение организма?

Человек является частью Вселенной, и его жизненное пространство не ограничивается физическим телом, а распространяется далеко за пределы планеты и Солнечной системы. Это энергетическое взаимодействие с миром. Человек словно «прорастает» своими эмоциями, чувствами, мыслями, намерениями в окружающий мир, а мир в него. И, конечно же, это взаимодействие оказывает непосредственное влияние на физическое тело как на излучатель этих энергий.

Если излучение негативное, раздражающее гармонию мира, то оно притягивает из Вселенной такие же дисгармоничные энергии (подобное притягивает подобное), и

эта усиленная дисгармония возвращается в исходную точку – в физическое тело, разрушая его. Что посеешь, то и пожнёшь. Рассмотрим энергетические причины старения подробнее на примере некоторых эмоциональных состояний.

Раздражение несёт низкочастотные разрушительные вибрации, угнетающие все процессы в организме. При этом разрушаются внутренние органы – сердце, печень, поджелудочная железа, желудочно-кишечный тракт. Раздражительный человек быстро изнашивается, так как живёт в непригодных для жизни излучениях.

От таких состояний, как ***гнев, агрессия, жестокость*** тело разрушается. Они ведут к очень быстрому старению, полностью разрушая все системы организма (желудочно-кишечный тракт, печень, сердечно-сосудистую и нервную системы).

Зависть, как червь, подтачивает тело изнутри, терзая и мучая человека. Особенно при этом страдают печень и глаза. По каналам, соединяющим тело с объектом зависти, идёт мощный отток жизненной силы, что ведёт к быстрому старению и смерти.

Жадность искажает действия человека, мешая нормальному взаимодействию с внешним миром. Вместо притока в тело жизненной энергии жадность притягивает предметы вожделения (вещи, еду, деньги, власть, славу и т.п.) и делает человека рабом этих вещей и состояний. Это ведёт к нарушению обменных процессов и, как результат, старению всего организма, а особенно поражается поджелудочная железа.

Жалость обесточивает человека, лишая радости жизни. Проявляются все признаки преждевременного старения: слабость, вялость, подверженность простудным заболеваниям, различные боли в теле, усталость.

Очень быстро ведут к разрушению физического тела такие состояния, как ***лень и удовольствие***. В народе говорят: «Лень – мать всех пороков». Погружённый в лень человек не способен вести здоровый образ жизни. Ленивец не хочет прилагать усилия по оздоровлению организма и активно выстраивать свою жизнь. Его тело становится аморфным, дряблым, старым. Жизненные силы уходят, а восстанавливать их лень. Возникает чувство неполноценности и, как компенсация бездарного существования, стремление к удовольствиям.

Удовольствия подменяют собой радость и восторг истинной жизни. И вместо развития и совершенствования человек лежит на диване перед телевизором, поглощая что-нибудь «вкусненькое». Наиболее подвержены старению и разрушению те органы, которые связаны с получением удовольствия. Телевизор негативно влияет на зрение, алкоголь – на нервную систему и внутренние органы, беспорядосный секс – на половые органы, курение – на дыхательную систему, переедание – на желудочно-кишечный тракт и обмен веществ в организме.

Страх блокирует человека, отгораживает его от внешнего мира. Происходит закукливание, сворачивание всех связей с миром, людьми. При этом страдает зрение, слух и другие органы чувств. Человек боится жить, так как не понимает своего тела, не находит с ним общего языка, не

знает, как обеспечить телу здоровье, молодость, энергичность.

Программа «болезнь-старость-смерть» внедряется в тело человека на клеточном уровне. Энергии страха окутывают ядра клеток, блокируя информационный поток от ядер к самим клеткам. Питаясь энергией клеток, страх нарушает в них обменные процессы, что приводит к сбоям в работе и угасанию клеток.

В теле энергии страха базируются в надпочечниках и сердце, далее через сердечно-сосудистую и нервную системы распространяются на весь организм, парализуя деятельность всех органов и систем.

А когда высокочастотные энергии Жизни входят в человека, растворяя энергии страха, это проявляется как вегетососудистая дистония. Страх, чтобы сохранить себя, стягивает на себя всё внимание человека, вводя тело в состояние паники. При этом идёт колоссальный выброс жизненной энергии со всех органов и систем тела. За счёт этих энергий страху удаётся не только остаться в теле, но и нарастить свою массу, а тело стареет, приближаясь к смерти. Если в таких состояниях человеку удаётся перевести своё внимание в свою человеческую сущность, то вместо паники он испытывает радость и освобождение.

Главный вывод – необходимо работать с дисгармоничными состояниями (трансформация, растождествление, пересмотр ситуаций), чтобы вернуть себе свои жизненные силы. Мы столько за свою жизнь разбросали, растеряли энергий, что, вернув их, получим возможность качественно изменить состояние своего организма.

Ещё одним серьёзным фактором старения являются ***стереотипы поведения, мышления, восприятия***. Стереотипы не дают возможности адекватного взаимодействия с миром, людьми. Жизнь не стоит на месте, она постоянно меняется. Стереотипы же заставляют жить не в гармонии с этими изменениями, а по раз и навсегда установленным программам (привычки, установки, обычаи, уклад и т.п.). Тем самым человек становится уязвимым перед изменениями жизни. Особенно, когда изменения внезапные.

Отсюда стрессы, нервные расстройства, неуверенность в жизни. Человек уподобляется неподвижному препятствию, стоящему на пути потока жизни. А всякий поток либо размывает, либо сносит препятствие. Особенно ярко эта разобщённость с жизнью проявляется у старых людей, которые живут своим прошлым, где всё ясно и понятно, а действительность их пугает, она им чужда, поскольку у них нет программ-стереотипов для обработки новой информации. И теряя всё больше и больше связь с жизнью, они постепенно уходят в слабоумие и небытие.

Стереотипы – это программы-вампиры, подменяющие собой человеческие мысли, чувства, действия. Внедрённые в подсознание и генные структуры человека в раннем детстве, а зачастую и до его рождения, они вместе с негуманоидными качествами являются паутиной, в которую попадает человек. Его существование даже нельзя назвать жизнью – это сон, виртуальная реальность. А Эго-система в это время, как паук, высасывает из него жизненную силу. Вот так быстро наступает старость, вот почему такая короткая и пустая человеческая жизнь.

Среди множества стереотипов есть такой, что предписывает людям стареть, болеть и умирать. И люди покорно выполняют эту программу. А зачем? Ведь юность не связана с возрастом. Здесь можно привести слова Дона Хуана: «*Я победил свой ум. У меня нет ума, мне ничего не говорит о том, что я должен стареть. Я не выполняю договорённости, которых не заключал. Запомни: маги никогда не выполняют обязательств, которых никогда не брали на себя. И старость – одно из таких обязательств*».

И ещё. Особую роль в процессе старения имеет потребление убойной пищи. И не только из-за шлаков, трупного яда, токсинов и т.п. Убийство и поедание «братьев наших меньших» – это ритуальное действие, закрепляющее связь людей с миром мёртвых. Этим человек подтверждает своё согласие с тем, что в мире должна существовать смерть как неизбежный конец всего живого, и сопутствующие ей болезни и старость. Поэтому полный отказ от убойной пищи, насыщение физического тела золотистым светом и проведение этого света через связи с живыми и умершими родственниками позволит уменьшить отток жизненной силы и, тем самым, замедлить старение организма.

Первопричиной же всего, о чём мы говорили, является отсутствие связи человека со своим Божественным Началом. Без этой связи человек ощущает себя маленьким, слабым, беззащитным, временным.

Единение с Божественным даёт человеку осознавание себя частью безмерной, бесконечной, бессмертной силы. А часть, как известно, обладает свойствами целого. И, значит, такой Человек всегда здоров, молод и прекрасен!

Ирина Овсянникова

Стереотипы или человечность

В горном лагере мы проводили интересную работу со стереотипами Личности. Чем важна эта работа? Тем, что стереотипы, закрепившись в нашем теле на уровне генов, проявляются как негуманоидные желания, личностные убеждения и качества. Ощутить, откуда пришли эти стереотипы, каким образом закрепились в теле, очень важно для их отслеживания и трансформации.

Поскольку стереотипы – это явление социальное, массовое, то у всего человечества можно выделить несколько основных стереотипов. Это взгляд Личности на себя (кто Я?), потребительское отношение к Божественному и к физическому телу, негармоничные отношения между мужчинами и женщинами, в семье и т.д.

Итак, первый стереотип, с которым мы в группе начали работать, это взгляд Личности на себя. У меня он проявился так: «Я – это отражение света, самовлюблённое, изнеженное существо, уверенное в своей уникальности. У меня всё будет хорошо без всяких усилий с моей стороны. Я очень хорошая, почти святая».

Стереотип сформирован заботой и вниманием отца, его видением дочери. Он отвечал на мои вопросы так: «А зачем тебе это? Ты ведь девочка». Проявляется стереотип через уверенность в своей значимости: меня просто невозможно не любить! Обязаны любить!

Если мои представления о себе не совпадают с представлениями собеседника – возникает обида.

Стереотип проявляется и в желании угодить, сгладить конфликт. Стереотип поддерживается родственниками (эгрегором семьи), социальными связями, отношениями (потаканием другим личностям со стороны моей личности).

По Божественной Сути я – фонтан Любви, для проявления которого в материальном мире необходимо увеличивать сердечное излучение, развивать в себе человеческие качества: искренность, чуткость, укреплять волю, научиться ощущать и уважать свою Божественную Суть и Божественную Суть других людей.

***

Стереотип негармоничного отношения к развитию и совершенствованию: «А зачем? Всё равно конец один».

Мир личностей, основанный на потреблении, использует и Божественные законы, коверкая, переписывая их «под себя». Закон развития и совершенствования человека подменён образом культурной Личности (как образца), посещающей театр, концертные залы, много читающей, путешествующей...

Социальная система формирует стереотип «развития» и всячески поддерживает его через систему воспитания, обучения, средства массовой информации...

Родители, как звенья в цепи социальных отношений, навязывают детям своё видение мира, помогая разрастаться стереотипу, выстраивая высокую стену между ребёнком и окружающим миром.

Отсюда появляются такие черты характера, как чувство собственной важности, снобизм, пассивность.

Знакомство с оккультной литературой помогает личности создать себе имидж духовности: «Я читал – значит, уже достаточно духовно развит».

Поскольку стереотип негармоничного отношения к развитию и совершенствованию создавался социальной системой, то и поддерживает его та же социальная действительность, овладевая вниманием людей через зрелищные мероприятия, спортивные, культурно-развлекательные, политического характера, а также религиозного.

Христианское «Бог терпел и нам велел» закрепляет стереотип в теле пассивностью, бездумием. Изначально греховное представление о человеке лишает его силы подняться «над собой». Прощение грехов, перекладывание их на плечи посредника действует разлагающе на человека, предопределяя отсутствие ответственности за свои поступки. Человек должен «окончательно проснуться», осознать себя, мир, в котором он живёт, и действовать, проводя Божественные законы на Землю.

Для того чтобы человечество продолжало жить, развивалось и совершенствовалось, необходимо менять всю систему отношений между людьми, построенную на потреблении друг друга и природы. Это не силовое решение, а процесс. Процесс жизни, направленный на качественное обновление человека, преобразование его энергетических структур, вычищение накопленных тысячелетиями на уровне генов негуманоидных качеств через сознательные действия по отношению к себе, другим людям, миру. Божественные законы должны прийти на смену существующим потребительским отношениям.

Устремлённость к связи, сотрудничеству с Божественными Силами, раскрытие своего Божественного предназначения, – это то, что приближает установление Божественной гармонии на Земле.

***

Стереотип негармоничного отношения к Божественному знанию называется: «Что-то есть».

К сожалению, на данном этапе своего жизненного пути, человечество погрязло в невежестве, которое находит своё выражение в отношении к Божественному знанию.

Страх перед жизнью под лозунгами: «выжить», «удержаться на плаву», разъединяет людей, заставляя смотреть каждого только в своё «корыто».

Божественные знания не относятся к материальным благам. Их невозможно купить или продать. Поэтому предприимчивая Личность заменяет Божественные знания простым накоплением информации, на различных социальных ступенях жизни (в том числе и религиозные «знания»). И эти знания стали той же материально-интеллектуальной ценностью, которая позволяет Личности отлаживать свои отношения в социальном обществе, не нарушая основного социального принципа купли-продажи.

Страх жизни мешает человеку «оторваться» от материального существования, взглянуть туда, откуда проявляются Божественные знания в наш мир.

Религиозная система верований так же построена на страхе, поэтому у человека формируется потребность дер-

жаться от Бога подальше, в крайнем случае, связываться с ним через посредника. «До царя далеко – до Бога высоко», иначе – оставьте нас в покое, а мы уж сами как-нибудь. Страх и непонимание самой сути, основы жизни, являются для человека препятствием на пути принятия Божественного знания.

Собственное унижение, рабство, отсутствие желания осознать жизнь, жадность, пассивность являют этот стереотип в жизнь.

Мир создал Бог. Бог сотворил человека и дал ему Законы, по которым человек должен жить. Задача человека – осознать себя в Боге, слиться с ним. Воспитать в себе Мужчину или Женщину. Через открытое сердце провести поток Любви на гармонизацию окружающего мира. Чуткость и уважение к Божественным Силам, дела во имя Любви откроют двери к протеканию на Землю Божественных законов.

***

Стереотип по отношению к Учителю: «Лучше держаться подальше, а то, не дай Бог, что-то изменится».

Все Личности в социуме знают, что в школах на учителях "воду возят". Учителя всем должны, обязаны. Они – добровольные герои, которым нести «разумное, вечное» и не получать за это материальное вознаграждение. А обязанность учеников – потреблять подаренное. Обусловленный социальными ограничениями, стереотип такого отношения к учителю перекочевал и на отношение к духовным Учителям. Поэтому: «Учителя тебе должны, а ты – уж как получится».

А вот когда не получается, и душит обида, Личность выводит из глубин жалость к себе. Она-то и пожалеет, и приголубит, и найдёт оправдание. Никто тебя так не знает, как ты сама. Следовательно, никто тебя и наказать не может так, как ты сама себя накажешь.

Так и поддерживается стереотип личностными качествами: обидчивостью, потаканием себе, угрюмостью, замкнутостью, нежеланием открываться вовне. Зачем задавать вопросы Учителю? Вопросы можно задать и себе. И ответ получишь какой-никакой, и комфортно. Так и формируется ученик-потребитель, не желающий предпринимать каких-либо самостоятельных действий по внедрению приобретённых знаний в жизнь.

Когда Учитель даёт знания, а действиями они становятся редко, закрепляется стереотип отношения к Учителю в социуме: «Послушал – и забыл». Но Божественные Силы привели ученика к Учителю не за любованием своей духовностью, а для прозрения и понимания своего предназначения, для работы над своим преобразованием и преобразованием мира.

Только искренность пылающего сердца способна заставить глаза увидеть в Учителе Человека-Творца, выполняющего своё Божественное предназначение по преобразованию людей. Только осознав жизнь в Единстве, раскрыв восприятие на Божественные Силы, проникаешься особым уважением и любовью к Учителям, осознавая, что Учителя – те, кто открывают ученикам «лестницу в небо», по которой потечёт поток Любви на всё человече-

ство. И в этом потоке все едины, потому что у большой реки нет незначительных ручейков.

***

Стереотип потребительского отношения к физическому телу: «И за что мне это?»

Личность, умеющая и желающая только потреблять, не знает истинного магического предназначения тела. Для неё тело – это нос, который должен улавливать приятные запахи, рот, который должен поглощать вкусную пищу, ноги, которые должны переносить тело от одного удовольствия к другому, и т.д.

Поглощённое Личностью внимание не может удержать целиком тело. Фрагментарное восприятие тела заставляет нас страдать, если заболела какая-то часть тела, а не искать действительную причину недуга.

«За что мне такое наказание?» – вопрошает жалость к себе. И жизненная сила утекает в сторону Личности.

Социальная система использует тело нещадно, и она хорошо знает, куда пристроить ноги – в спорт, голову – в науку, руки – стать пианистом, швеёй и т.д. На способностях тела строятся и держатся профессии, а человек обрастает стереотипами. Спортсмен впадает в стресс, когда по какой-то причине его тело не может прыгать. Стравленная энергия жизни с тела уходит на подпитку личностных качеств.

Личность управляет телом и пытается строить стереотипы, похожие на телевизионные помехи, мешающие самосознанию увидеть суть проблемы. Стереотип, по-

строенный Личностью, проявляется в отсутствии должного внимания к телу, в непонимании тела, в нежелании заниматься его проблемами. На всё хватает времени, а на оздоровительные процедуры – нет.

Лень и невежество, отсутствие чувствительности искажают человеческий взгляд на тело как на Божественный дар. Самомнение представляет тело пустой, ничего не значащей биомассой. Недовольство формами своего тела перекрывает чувствительность окружающего мира. Стереотип «тело в нагрузку» закреплён во мне на генетическом уровне, а от утверждения христиан «тело греховно» пробегает дрожь. При таком отношении к телу как к наказанию выйти из состояния страдания проблематично. А страдание перекрывает связь с миром, и жизнь отторгает такое существо.

Над созданием тела трудилась вся Природа. Тело – живой, чувствующий, единый организм, данный нам Божественными Силами для связи и влияния на мир в процессе установления на Земле законов Любви и Гармонии.

Тело нужно любить и ощущать, уметь слушать и слышать, оздоравливать и выстраивать по мужскому или женскому образу.

Прислушиваясь к телу – принимать решения.

Увеличивая чувствительность тела – увеличивать связь с окружающим миром.

Изучая собственное тело – изучать весь окружающий мир.

Очищая тело – пропускать в мир поток Божественной энергии Любви.

***

Стереотип по отношению к семье представился как «Общая крыша».

Этот стереотип в процессе моей жизни претерпевал изменения в сторону расширения моих прав (т.е. потакания мне) и сужения обязанностей так называемой «второй половины».

Собственное самомнение подсказывало мне, что я хорошая хозяйка, всё сама знаю и умею. В результате партнёр не воспринимается как Муж, Мужчина, а только как нечто «приличествующее», что укрепляло и закрепляло стереотип. Поддерживается стереотип зависимостью от чужого мнения, в том числе родственников, желанием жить «как все», страхом одиночества, христианской моралью «Христос терпел и нам велел».

Подкрепляется стереотип поведением и поступками, направленными «на сглаживание» углов, а не решение проблем.

В семье обязанности выполняет и женщина, и мужчина, увеличивая свою Божественную мужскую или женскую суть. Семья – это малый круг уважающих и стремящихся к пониманию, любящих друг друга людей. Это живая клетка единого организма – человечества. В семье зарождается новая жизнь; семья взращивает Человеческое Существо и учит его взаимодействовать с миром. Уважение, взаимопонимание, чувствительность, любовь, ощущение и видение друг в друге Божественных существ – основа Семьи.

***

Стереотип негармоничного отношения к детям: «Это всё, что от нас останется».

Родив ребёнка, женщина считает, что уже жила не напрасно. Поэтому бабушек не оторвать от внуков, от «цели» их жизни.

Страх пустоты и бесцельности жизни, страх смерти, старости рождает этот стереотип, идя на поводу у которого, взрослые не дают детям самостоятельности. Продлить свою жизнь в детях «стереотип» пытается через навязывание своих привычек и ощущений, своего ритма жизни, в желании свой жизненный опыт возвести в «закон жизни» и навязать его ребёнку.

Всё то же невежество, мировоззренческая тупость, животный уровень существования, закреплённый социальными условностями, подтверждают стереотип. А закрепляется стереотип действиями, поступками, словами, базирующимися на чувстве собственной важности, чувстве собственности на детей.

Взрослый человек по отношению к ребёнку – источник Божественных знаний бытия. Это чуткий и мудрый наставник, развивающий детей гармонично, ставящий перед ребёнком цели и задачи, которые он самостоятельно решает. Родители должны культивировать в себе чувствительность и ощущение той силы, которая стоит за ребёнком.

Татьяна Дуброва

Стереотипы

Стереотип: Кто Я?

Энергию стереотипа я ощущаю как сгусток тёмной энергии в верхней части головы. Думаю, что он сформирован как чужеродное внедрение в гены. Проявляется как трусость, страх, безответственность и лживость. Этот стереотип заставляет меня быть хорошей и соответствовать различным сформированным рамкам, выглядеть так, как ждут окружающие. Сгусток энергии стереотипа небольшой по размеру, но определяет очень многое.

Стереотип: Отношение к развитию и совершенствованию

Проявляется как усталость от развития («опять это развитие, хочется жить, как все…»), через отношение к развитию, как к тяжкому труду, откладывание необходимых действий на потом: «С этой ситуацией я поработаю завтра» или «На это у меня недостаточно сил». Этот стереотип поддерживается также тупостью: «Когда как бы ничего не понятно» и негативизмом, отрицательным опытом других, который я проецирую на себя.

Для изменения стереотипа необходимо слияние процесса развития и процесса Жизни. Стремление быть хорошей заменить на стремление жить по Божественной Воле.

Стереотип: Отношение к Учителю

Этот стереотип образован на неумении учиться и на отношении «Учитель мне должен...»:

1) Учитель обязан учить. Собственные усилия прикладываются по желанию.

2) Учитель должен ко мне относиться хорошо.

3) Учитель должен меня учить тогда, когда мне это надо и так, как мне это надо.

4) Учитель должен дать то, что не дали родители.

5) Учитель – это непонятное и загадочное явление. Его лучше избегать…

Закреплён стереотип невыполненными заданиями. Вместо стереотипа должно быть восприятие Учителя как дара Божественных Сил, которое помогает выстраивать связь с Божественным.

Чтобы преобразовать стереотип, надо учиться.

Стереотип: Отношение к противоположному полу

Этот стереотип образован отсутствием с детства нормальных примеров взаимоотношений между мужчинами и женщинами и негармоничными отношениями между родителями.

Проявляется отсутствием уважения к мужчинам, самодостаточностью. Тяга к противоположному полу больше теоретическая.

Негативизм: «Всё, что ни делает, всё к худшему.»

Вместо стереотипа нужно отношения выстраивать на основе Любви и уважения.

Стереотип: Отношения в семье

«Семья – вынужденная необходимость».

Ценность семьи никогда не культивировалась. Доминировал «проблемный подход»: «семья – это всегда трудности».

Проявляется стремлением как можно меньше нагружать себя решением бытовых вопросов, желание избежать «ненужных сложностей».

Закреплён кухонно-бытовыми привычками.

Необходимо воплотить в жизнь мечту о Большой Семье – Роде, где изначально выстраиваются человеческие отношения между членами семьи.

Стереотип: Отношение к детям

«Мой ребёнок – что хочу, то и делаю».

Образован на собственном примере личностного воспитания, а также общим подходом к воспитанию, доминирующем в обществе.

Проявляется как:

1) Чувство собственничества: «Лучше меня моего ребёнка никто не понимает», «Как хочу, так и воспитываю».

2) Желание создать для ребёнка комфортные условия.

3) Ребёнок – игрушка для родителей.

4) Воспитание исключительности в ребёнке.

Вместо стереотипа должно быть понимание того, что ребёнок – не материальная собственность.

Для трансформации нужно дать возможность проявиться Божественной Сути в ребёнке. Воспитание должно строиться на принципах человеческой этики.

Стереотип: Отношение к родителям

«Ты – мне, я – тебе».

Образован двуличной системой воспитания: с одной стороны, всё лучшее тебе, любимой, а с другой – ты нам всё это верни… Проявляется, с одной стороны, неприятием родительского образа жизни, а с другой, желанием дать родителям всё, что им нужно. Жалость к родителям и одновременно раздражение от того, что родители ждут от меня определённых действий, поступков, материальных ценностей. Закреплён вещами, которые мама дарит, а потом контролирует, как бы я их кому не отдала.

Вместо стереотипа должно быть уважительно-адекватно-благодарное отношение к родителям с изрядной долей юмора.

Чтобы трансформировать стереотип, нужно освободить себя от родительских энергий. Но как это сделать? По возможности, регулярно давать родителям деньги...

Стереотип: Отношение к социальному положению

Образован социальной клеточкой – ячейкой, в которой жили родители и я.

Проявляется:

1) Больше того, что я имею по социальному положению, мне как бы и не надо.

2) Трудно себя даже представить в другом социальном качестве.

3) Зависть к тем, чьё социальное положение лучше.

На самом деле, социальное положение должно определяться магическим статусом в системе развития и совершенствования.

Для этого нужно изменить социальную систему, перестроить её по человеческим законам.

Стереотип: Отношение к окружающему миру

С детства меня приучали потребительски относиться к окружающему миру.

Проявляется:

1) Окружающий мир – это нечто, от меня независящее, существующее само по себе.

2) Потребительское отношение: вопрос, что нужно мне от окружающего мира, более важен, чем вопрос, а что нужно окружающему миру от меня.

3) Узкое восприятие окружающего мира: окружающий мир – это то, что окружает меня в данный момент, и какое мне дело до масштабов планеты?

Поддерживается потребительской системой ценностей в человечестве. Закреплён так называемыми «благами цивилизации».

Для трансформации стереотипа нужно насыщать окружающий мир энергиями Любви. Глубже ощущать взаимосвязь внутренних процессов с тем, что происходит вовне.

Стереотип: Отношение к своему бытию в реальности

Образован силами, которые заинтересованы в том, чтобы из человека сделать зомби. Проявляется:

1) Недостаточным контролем своих действий и поступков.

2) Плохим видением причинно-следственных связей в цепи событий и ситуаций.

Вместо стереотипа нужно повышать уровень своего Бытия.

Арина Савенкова

Стереотипы

«Стереотипы построены вовне и закреплены в нас. Стереотипы – это тёмные барьеры, которые не пропускают солнечный свет в тело. Потом, после нейтрализации их в теле, надо изменить и то, что закрепило этот стереотип в нас: отношения с людьми, вещи».

В.В. Баранов

Наша работа со стереотипами началась с выяснения – кем мы себя считаем. «Кто Я?» Результат оказался для меня очень неожиданным…

При настройке выяснилось, что во мне с детства крепко засел стереотип: «Я – маленькая девочка, доченька, неумеха, кукла, марионетка!» Проявляется этот стереотип очень интересно, во-первых, в несамостоятельности, хотя мне всё время казалось, что я очень самостоятельная девушка, а реально было вовсе не так; во-вторых, я допускала по отношению к себе чрезмерную заботу с маминой стороны. При дальнейшей работе с этим стереотипом я выяснила, что поддерживается он моей мамой и бабушкой. Чтобы не было этого закрепления и постоянной подпитки – нужно уехать от родителей и выйти из под неусыпного контроля заботливых родственников, что я вскоре и сделала.

Вторым стереотипом было негармоничное отношение к развитию и совершенствованию. Образовался он от моего стремления быть лучше (что само по себе и неплохо). Везде и всегда стремилась быть хорошей, лучшей,

первой. Это моё стремление поддерживалось моими родителями. После нейтрализации этого стереотипа я поняла – мне необходимо постоянно помнить о том, что у меня не такие же цели, как у моих родственников, и быть хорошей для них, во всём лучшей – это не то, что мне надо по моей Сути. Я почувствовала, что для настоящего развития и совершенствования необходима Любовь и чётко поставленные, ясные цели.

Следующим стереотипом оказалось негармоничное отношение к физическому телу. Проявлялось это по-разному: как невнимание к физическому телу, потребительское отношение к нему, а с другой стороны – жалость, отношение к телу не как к сильному и всемогущему, а как к чему-то хрупкому, беспомощному. Помогли мне в образовании этого стереотипа и поддержании его на протяжении многих лет мои родители и бабушки. Помогли и своим собственным примером, и своим отношением ко мне. Закрепила я этот стереотип в неорганизованности при работе с физическим телом, отсутствием реального, а самое главное, исполняемого плана индивидуальной работы над собой.

Чтобы окончательно растворить этот тёмный барьер, не пропускающий солнечный свет в тело, я стала менять отношение к своему телу. Поняла, что тело надо любить, относиться к нему чутко и уважительно, помнить, что это – подарок Божественных Сил, и не предъявлять ему претензий, а постепенно реализовывать его желание быть здоровым, сильным, прекрасным, бессмертным, всемогущим…

И вот, наконец, мой «любимый» стереотип – отношение к противоположному полу. Когда я стала с ним разбираться, сразу выявилось и неуважение мною мужчин, и предъявление им претензий. Для поддержания именно такого отношения к мужчинам я заостряла своё внимание только на отрицательных моментах, т.е. на тех ситуациях, когда, как мне казалось, они вели себя не по-мужски. Например, я не замечала, что мужчина пришёл вовремя (это воспринималось как само собой разумеющееся), но стоило ему опоздать, как я сразу же делала вывод – он не пунктуальный человек, не обязательный и вообще с ним лучше не иметь ничего общего. И так было практически во всём. Неудивительно, что в результате такого моего отношения к мужчинам у меня «вдруг» появились проблемы в области гинекологии (поликистоз яичников, дисфункция яичников и т.д.) Моё тело давало мне понять: либо я буду вести себя как женщина, либо буду превращаться в жалкое подобие мужчины.

Женщины, давайте изменим отношение к нашим мужчинам! Будем уважать их, видеть в мужчине проявление Духа. Тогда и мужчинам будет легче проявлять свою Суть, и мы рядом с ними будем ещё женственнее и прекраснее!

Борис Самойлович

Страх

Страх – одно из самых глобальных и основополагающих качеств Эго, лежащее в основе всех других качеств.

Страх захватывает сразу все центры человека. Происходит мгновенное схлопывание восприятия. На интеллектуальном уровне – от хаоса мыслей до полного ступора, на эмоциональном – потеря человечности, на физическом – замедление реакций («ватные ноги», состояние «кролика перед удавом»).

Некоторые говорят, что страх нужен человеку, чтобы трезво оценивать ситуации, не встревать в авантюры и т.д. Я считаю, что страх, как неправильно сформированная энергия, нужен для усиления такой структуры, как Воля.

Работу с трансформацией страха можно разбить на несколько этапов.

1. Постоянное отслеживание страха во всех его проявлениях.

2. Быстрый выход из состояния ступора с помощью переключения внимания – выпить стакан горячей воды; проделать всхлипывающее дыхание и т.д.

3. Трансформация энергий страха другими методами, например, растапливание страха, как льда, солнечными лучами и т.д.

Каждый определяет заранее, во что он будет трансформировать страх.

Многие психиатры пишут о двойственном характере страха: страх – интерес. Поэтому, страх можно транс-

формировать в интерес, открытость. Либо мы, как воины Духа, можем трансформировать страх в такую энергетическую структуру как внутренний страж (даже слова похожи), или, как я говорил выше, в силу Воли.

Теперь о методах конкретной, целенаправленной работы со страхом:

1. Перепросмотр. Большинство информации закладывается в детстве, в том числе и различные страхи. Нахождение причин появления страха может помочь в его трансформации.

2. «Воспоминание» (представление) того, чего не было. Например, если боишься высоты – «вспоминаешь», что был альпинистом, создавая реальную картину несуществующих событий в деталях. Вспоминаешь, как лазил по скалам, смотрел вниз с вершины, начиная, естественно, с небольших высот.

Надо научиться «вспоминать» с такой реальностью и достоверностью подлинности событий, чтобы это стало частью твоей истории жизни. Так можно трансформировать проявление страха от общения с окружающими, выступления на сцене и т.д.

3. Трансформация стереотипов. По мере взросления возрастает роль социального страха, боязнь изменений. Для трансформации необходимо научиться сознательно менять стиль поведения в стандартных ситуациях, делая то, чего от тебя не ожидают. Это и есть способ идти навстречу страху, глядя ему в лицо и трансформируя его своим действием.

4. И последнее – набояться, т.е. представить себе ситуации, когда, если не хватит сил трансформировать страх, то всё закончится плохо. Но ты это делаешь, не доказывая себе, а тем более другим, какой ты храбрый, ублажая своё чувство важности, а честно позволяя страху выходить из тела – повышая осознавание себя человеком.

Страх, выходя из тела, оставляет его преобразованным: количество индивидуальной силы возрастает, появляется уверенность в себе и свобода от обременяющего давления страха.

Татьяна Игнатьева

Субличности

Наблюдения психологов за деятельностью людей обнаруживают, что время от времени разные аспекты поведения людей меняются. Изменения в поведении сопровождаются различными эмоциональными состояниями. Это приводит к мысли о существовании различных состояний Я.

Субличности-подружки живут обычно конфликтной семейкой и так пригреваются в теле, что человек, погруженный в Личность, порой забывает, кто же он есть на самом деле. Некоторые из них откликаются на имена, некоторые имеют очень яркие образы… Субличности, называемые разными именами у разных людей, объединяются вокруг какого-то качества Личности.

Субличности любят внимание и вежливое обхождение. Поэтому будем обращаться к ним по именам, прислушиваться к их голосам, общаться с ними обходительно на взаимовыгодной основе. Отслеженный «враг» уже наполовину союзник, а всё, что мы имеем, должно служить нам, усиливать и радовать нас.

Итак, СУБЛИЧНОСТИ…

Критик всегда нападает и всем недоволен, говорит, что у вас ничего не получится, не хватит сил, таланта, образования… Зависит от чужого мнения; заставляет каждую минуту в мыслях оправдываться и испытывать чувство вины. Склонен осуждать других, ворчит и ругается. Он всезнающий и всепонимающий. Его очень утомляет

неправильное поведение окружающих. Говорит сварливым скрипучим голосом, который звучит отовсюду.

Чтобы его понять, прислушайтесь, каким тоном (чьим голосом) он говорит; когда обычно начинает разговоры. Ощутите, что вы испытываете к нему. Почувствуйте себя им и свою выгоду от этого. Осознайте его ценные стороны. Усильте позитивные качества, направьте его энергию на развитие интуиции, чувствительности и интеллектуального центра.

Саботажник обоснованно отговаривает от нового, стремится развалить старое, остановить начатую работу. Не позволяет дело довести до логического завершения. Он говорит: «не суйся туда, куда тебя не просят, не высовывайся, не лезь, не любопытничай, не суй нос не в своё дело. Всё вокруг не твоё, вот и не трогай, и не лезь…»

Ощутите себя Саботажником и выгоду от этого. Дайте ему задание научиться различать «свои» и «чужие» дела. Поразмышляйте о деле, которое хотелось бы успешно реализовать. Представьте, что план осуществлён. Придумайте помеху этому делу. Проведите переговоры и убедите Саботажника взять ответственность за свою жизнь на себя. Усильте его позитивные качества – внимательность, аккуратность. Направьте его энергию на развитие связей с миром.

Жертва заставляет вас ощущать беспомощность, добиваться внимания. Она всего боится и рисует будущее в кошмарных тонах. Не верит в собственные силы, обладает навыком казаться неумелой, несуразной. Постоянно

раздражена и недовольна. Она мало чего хочет, да и сил хотеть что-либо у неё нет.

Ощутите положительные стороны Жертвы, её жизнестойкость. Она имеет большой запас жизненных сил. Оцените собственные силы и предоставьте полный список своих возможностей Жертве. Предложите ей поверить в себя, научиться жить собственными силами и возможностями. Объясните ей, что любую ситуацию необходимо рассматривать как возможность для набора силы. Научиться побеждать можно, когда научишься достойно проигрывать. Трансформируйте ранимость и медлительность в адекватность и алертность. Предложите ей учиться быть сильной, создав себе образ «героя» и втекать в него. Договоритесь с ней о внесении изменений в свою жизнь. Учитесь вместе радоваться успехам.

Разрешите представить субличности, собравшиеся хороводом вокруг Обиды. Это может быть “Маленькая девочка”, “Обиженный ребенок”, “Трусиха” или “Капризка-Фенечка”. Чаще всего она выглядит как запуганная девочка с головой, спрятанной в высоко поднятых плечах. Она всего боится и разговаривает плаксивым голосом. Но порой переходит на напористый и требовательный тон, очень эмоциональный, подавляющий слушателей, часто раздражённый и даже агрессивный. И если она ощущает, что её не поняли, то ей кажется, что это нарочно, специа¬льно, назло. С людьми взаимодействует по принципу “качай права, а то затрут”. В теле эта несгармонизированная энергия может находиться в верхней части груди, горле, глазах, ушах, коленях, области живота. По всем

наблюдениям, с ней, как с ребёнком трудно, но можно договориться. Главное – дать ей высказать свои пожелания и затем безупречно их выполнять. Трансформируется эта субличность в красивую девушку с адекватным, осознанным отношением к обстоятельствам жизни. У неё развивается спокойствие и уверенность в завтрашнем дне.

Физические упражнения, бег, обливание холодной водой помогут ускорить процесс созревания этой великолепной особы.

Пуп Земли погружён вниманием в себя, свои нужды и проблемы. Требует моментального исполнения своих желаний «здесь и сейчас». Импульсивен, нетерпелив, часто раздражителен. В нём доминирует постоянное стремление выставлять себя напоказ и всем нравиться. Он ощущает себя непонятым одиночкой.

Осознайте положительные стороны этой субличности, её силу. Предложите развернуть внимание в окружающий мир, и проявить таланты, способности и возможности. Объясните, что от этого возрастёт признательность и любовь к вам. И таким образом исполнится желание быть на виду и в центре внимания.

Мечтатель. Основная его цель – увести из реальности. Он стремится захватить сердечный центр, стать самым главным. Эта «фабрика грёз» строится на эмоции «ах!», которая, как правило, сопровождается бездеятельностью.

Поймите, о чём мечтает Мечтатель. Четко сформулируйте и напишите его желания и устремления. Объедините желания в группы. Оцените, какая сила заложена в них

и направьте эту силу на реализацию его желаний. Почувствуйте, насколько эмоционально и творчески развит ваш Мечтатель. Договоритесь с ним направлять силу, которая уходит на собирание грез, на культивирование искренности, усиление сердечного центра.

Проныра стремится уйти от ответственности и не принимать решений. Действует очень виртуозно в поиске обходных путей. Ему нравится риск, он порой сам создаёт себе препятствия, чтобы потом их преодолевать.

Оцените его гибкость, шустрость, умение быстро реагировать и разбираться в различных ситуациях. Направьте его энергию на лёгкость прохождения по социуму, искренность и открытость.

Александр Савенков

Субличности

Однажды это случилось: я решил, наконец, «взглянуть в глаза» своей Личности, с которой проделал столь долгий путь, но ни разу не поднял на неё взгляда.

Оказалось, что Личность состоит из неких составляющих, воздействию которых мне приходилось иногда подвергаться. И имя им – «субличности». Кого-то они мне напоминают, но, скорее всего, это был не я. Давайте поближе с ними познакомимся.

Первым мне представился Гений, звали его – Протон (по-моему, неплохое имя). Этот «товарищ» всё знает, и всё умеет, но ничего не желает делать. Он просто зациклен на своей правоте и не желает никогда менять свою точку зрения. Проявляется во мне как желание всем нравиться, при этом, не утруждая себя какими-либо действиями. Протон отвечает за творчество и за работу, но лучше, поверьте, отвечать за всё это самому... Этот негодяй заставлял меня порой выпендриваться (причём безосновательно) и привлекать к себе внимание.

Давайте разберёмся, откуда берутся такие «клиенты». Были во мне такие негуманоидные качества, как неуважение себя и других и непонимание происходящих вокруг процессов. На этих состояниях, как на дрожжах, вырос стереотип самопожертвования и самобичевания. На качествах самоутверждения, неуверенности в своих силах, несостоятельности и нежелании совершенствоваться вырос стереотип, что я должен быть лучше всех. Результатом

же всех этих манипуляций Личности явился «великий и ужасный» Гений Протон.

Второй субличностью, открывшейся мне, был Ненавидящий себя, который ужасно ненавидел себя за слабость и за свой страх, чем ещё больше увеличивал потерю Силы. Ненавидящий себя предпочитает уходить от негармоничных ситуаций, оставляя их нерешёнными, превращаясь при этом в труса, лишаясь сил и подчиняясь чужой воле. Базировался он на стереотипах: страх за себя, своё физическое тело, уязвимость и хрупкость тела. Стереотипы, в свою очередь, были построены на таких качествах, как неуверенность в себе, слабость характера и просто слабость.

Третья субличность – Жадина по имени Беня, и звучит даже как-то по жадному: «Бе-е-е-ня...» И стремления у него были такие же жадные – втянуть в себя всего побольше и никому не отдавать, ни при каких обстоятельствах. Беня ужасно не хочет меняться и сделает всё, чтобы субличность осталась неизменённой. Любимая сфера деятельности – это отношения с людьми и работа. Ну, а создан Беня был на основе качеств: заносчивость, высокомерие, презрение, которые выросли в стереотип, что я выше и важнее других. А качества: пессимизм, желание похвалы, недоверие, отделение себя от других и желание похвалы вылились в стереотип, что «мне не надо ничего делать, так как этого никто в должной степени не оценит». Стяжательство, накопительство, ненасытность и алчность проявились стереотипом, что «всё вокруг надо захапать мне – авось пригодится».

Следующая субличность с женским именем – Леся. Она завистница и имеет образ змеи, которая подкрадывается и проявляется незаметно, но достаточно существенно на всё влияет. Любит высказывать неуверенным слабым голоском кому-либо завистливое недовольство, а также затормаживает мои действия.

Завистница чаще всего сказывается на социальном и материальном положении. В некоторых ситуациях Леся заставляет бездействовать, восхищаясь и завидуя тем, кто с успехом проявляет себя. Итак, её качества: неуверенность в своих силах, слабоволие и лень, которые убеждают меня, что я ни на что не способен. И такие качества, как нежелание действовать и самоуничижение, которые убеждают, что другие лучше меня.

Последняя выявленная мной субличность – Неумеха. Она ничего не умеет делать из-за нежелания что-то делать вообще. Неумехе всё надо показывать, объяснять, убеждать и т.д. Обычно она проявлялась, когда возникали какие-то задачи по развитию и совершенствованию. В этом случае субличность говорила мне: «Я не знаю, как это делать, поэтому делать не буду».

Неумеха делает тело слабым, ленивым и чахлым. Предпочитает появляться на пути развития и в социальных делах. Её стереотип – не делай сегодня то, что можно сделать завтра – основан на лени, потакании себе, безответственности и тупости. Стереотип «не надо пробовать что-то делать, а то, может, не получится, и ты потратишь силы впустую» – основан на неуверенности в своих силах и жалости к себе.

Вот такими были мои «спутники», с которыми, к счастью, мне удалось расстаться, чего и вам желаю. И хотелось бы добавить ещё одно – выбирайте себе спутников жизни повнимательнее и всегда оставайтесь самими собой!

Удачи вам в развитии и совершенствовании! Ом!

Натэлла Мирзаянц

Судьба

Жила-была молодая принцесса. Ждали её везде горе и неудача. Случайно узнала девушка, что всё это проделки её злой Судьбы, и про то узнала, где можно встретиться с ней. Пошла девушка по узкой тропинке в горы, дошла до ущелья, свернула в расщелину между скалами. В самом тёмном углу, у очага, хлопотала старуха. Ох, что у неё был за вид! Седые волосы висели грязными космами, крючковатый нос перепачкан в саже, платье изодрано в клочья.

- Зачем пришла, убирайся прочь, – заворчала старуха на принцессу.

- Здравствуйте, дорогая синьора, моя Судьба. Возьмите в подарок вот этот крендель. – И подала старухе крендель.

- Очень мне нужны твои подарки, – сказала старуха, но руку за лакомством протянула.

Тут девушка крепко схватила её за руку и потащила к ручью. Ну и вопила же старуха, когда девушка тёрла её намыленной губкой.

- Не хочу мыться! Не хочу мыться!- кричала она, вырываясь.

Но принцесса не обращала внимания на её крики. Она чистенько вымыла свою Судьбу, причесала её, надела новое красивое платье, обула в новые скрипучие башмаки и вылила на неё целый пузырёк розового масла. Ах, какая милая добрая женщина стояла теперь перед ней.

- Умница ты моя, – сказала Судьба. – Так уж повелось, если у человека злая Судьба, он только и знает, что жалуется да клянет её. Вот она и становится ещё злее. Никому и в голову не придёт, что надо самому постараться сделать свою Судьбу краше. Ты, моя голубка, так и поступила. Теперь всё у тебя будет хорошо!

В нашей жизни так же, как в сказке, – у каждого есть своя синьора Судьба. Кто из нас видел, в каком она ходит виде? Вспоминаем мы о своей Судьбе, когда попадаем в какую-нибудь неприятную историю, ситуацию. Может ситуация – это и есть язык, на котором общается с нами Судьба. Заводит нас в «тупиковое положение» и ждёт обратной связи. Ждёт находчивости в установлении с ней общего языка, ждёт изобретательности и творчества в каждой подсунутой ею ситуации. Это ведь так просто и сказочно – встречаться и разговаривать с собственной Судьбой на таинственных просторах своего Воображения!

По дороге на работу не наступить кому-то на ногу в отместку, а улыбнуться, значит улыбнуться своей Судьбе и пожелать ей доброго утра. Искренне подарить другому человеку так нужную ему вещь – значит, одарить свою Судьбу пышными нарядами (зная, что женщина при этом чувствует). А если любишь кого-то безоглядно, то и Судьба приобщается к Волшебству Любви!

Где же живёт Судьба, если всегда тут как тут? Если никто её не видел, но каждый может описать, как она выглядит. Человек и его Судьба – одно целое. Значит, живёт она внутри нас, в нашем теле.

В жизни от нас требуется предельная внимательность и мгновенная реакция, так как ситуация может прийти в самый неожиданный момент, в самом неожиданном месте и в самой неожиданной форме. Иногда бывает подсказка – это предситуация, указывающая на дисбаланс в отношении к окружающему миру. Предситуация – такая же проверка на внимательность. Она, будучи замеченной, может и не стать ситуацией.

У Судьбы хорошая память на прошлые негармоничные ситуации. Лучше вспомнить о них первому. Пригласить вечерком Судьбу на чашечку чая, и, сидя в позе со скрещенными ногами, погрузиться в прошлое. Там отыскать себя и негармоничную ситуацию, изменив своё отношение к ней на доброжелательное и спокойное. И пожелать всем Любви! А то и вовсе обратить негармоничную ситуацию в пресмешную историю и похихикать на пару с гостьей.

Всё, что ежесекундно с нами происходит, – это те или иные подарки нашей Судьбы. Исходя из нашего поведения, они становятся или подарками Силы, или ткут заколдованный круг. Если заколдованный круг уже слишком велик, Судьба преподносит нам последний подарок и приглашает к нам свою подругу в белых одеждах по имени Смерть...

Андрей Мирзаянц

Тупость и невежество

Всем когда-то было знакомо чувство отупения, когда нужно произвести какое-нибудь сознательное действие, например написать статью. Полёт фантазии, размышления вдруг испаряются и в глубоких широко раскрытых глазах появляется выражение «осмысленности», как у барашка во время поедания травы.

Это частный случай тупости, всплывающей в теле, когда нужно провести через себя новую силу, принять и закрепить физически в написанных строках.

На самом деле тупость и невежество являются давними и хорошо отлаженными инструментами эго-эгрегоров в управлении массами, ограничивающие способность людей воспринимать силы и формирующими восприятие в зависимости от нужд этих эгрегоров.

Рассмотрим эти личностные барьеры, их локализацию и способы проявления.

В физическом теле в основном эти качества располагаются в лобной части головы, блокируя силу интеллекта, горловом центре и, в общем, верхней передней части туловища и лица, сужая передний канал и перекрывая прохождение энергий в канал осознавания, что приводит к нивелированию способности человека к творчеству. Также они могут располагаться в солнечном сплетении и подпитывать собой агрессию – так называемое «агрессивное невежество».

Тупость представляет собой качество, направленное, в первую очередь на ограничение и контроль Личностью самого человека в его жизненных ситуациях. В социуме – это либо уровень «чернорабочих», либо «самодуров» типа Швондера. В семье – постоянное непонимание, как строить отношения с родственниками и детьми. Жена высказывает свои желания, а в ответ подаёт голос тупость: «А,... что?...я,...а как?...не понял...». Ну и так далее.

Невежество – это больше состояние, чем качество, в которое с древних времён и до настоящего времени эгрегоры и их негуманоидные служаки намеренно погружали человечество. Доминирующее массовое невежество является результатом сужения интересов человека до примитивных, бытовых и очень простых – поесть, поспать, «хлеба и зрелищ», индульгенцию в обмен на «посильный» взнос, бейся лбом перед иконой и на тебя сойдёт благодать, и т.д. В этой работе по оболваниванию людей интересы властных и религиозных эгрегоров всегда совпадают.

И такой человек уже не может и не хочет воспринимать что-то новое, нарушающее его устойчивый примитивный мирок. Возникает «агрессивное невежество». Ярким примером тому являются «средние века». Бруно, Галилей и другие были гонимы или уничтожены. Их открытия ничего «конкретного» обывателю не давали, а потому считались вредными и опасными как всё новое.

Или вполне современный пример:

Возникли соевые продукты, пошла реклама. Народ бросился покупать. «Мясники» пустили «утку» о вреде

сои с «подтверждёнными исследованиями» – и народ засомневался.

Манипулировать невежами вокруг одного и того же предмета можно долго, потому что у него нет главного – собственного взгляда, основанного на изучении, размышлении и своих ощущениях. Это именно те свойства, которые перекрываются невежеством, но проявляются и усиливаются у человека, когда невежество трансформируется.

Человек свободный и счастливый не может быть невежей или тупым. Вместо этих качеств должны быть мощь интеллекта, широта восприятия, интерес к миру и реальности и сила творчества.

Тупость и невежество проникли в гены, во взаимоотношения между людьми, пронизали все человечество и стали барьерами для проведения Божественного Знания в физическое тело, поэтому и трансформацию их нужно проводить с помощью Божественных Сил.

После нейтрализации этого барьера в виде тупости и невежества у меня появилась возможность обретения магического Знания. Я ушёл из-под контроля общественного мнения, авторитетов и негуманоидных социа¬льных систем.

Ура, моей Силе Творчества и Интеллекта!

Александр Серебрянников

Уважение

В межличностных отношениях сила уважения подменяется потаканием эгоистическим проявлениям в человеке, что способствует увеличению эгоизма в теле. В основе этих отношений лежит страх – страх потерять хорошее отношение к себе, обидеть, вызвать агрессивную реакцию на себя, лишения чего-нибудь, то есть происходит ориентация на ценности эго-системы.

Корень слова уважения ВАЖ, ВАЖный. Значит, если кого-то уВАЖаешь, то он ВАЖен для тебя. А что есть важного в человеке? Его человеческие качества, его сущностные проявления, его Божественная искра. Значит, при общении с человеком нужно прежде всего видеть в нём его человеческие проявления, а не потакать его эгоистическим качествам, превращая его своим отношением в грозного монстра.

Так же и в отношении к себе. Если ты уважаешь себя, то в первую очередь видишь в себе человека, проявление Божественной искры, что важно для развития сущностных качеств. При такой ориентации любая ситуация уже не вводит в состояние обиды, апатии и столбняка, а воспринимается как стимул к развитию и совершенствованию.

Для того, чтобы развить в себе качество Уважения, найдите у себя то, за что вас можно уважать, почувствуйте, что вы – проявление Божественного Абсолюта, и в вас есть частичка Божественного. Настройтесь на свою Боже-

ственную часть и призовите силу Уважения к себе, дайте ей заполнить всё ваше тело.

Сделайте пересмотр ситуаций, где вы проявляли неуважение или его проявляли к вам, заберите из них свои негармоничные энергии (направив их на гармоничное разрешение таких ситуаций в будущем), насытьте эти ситуации своей сердечной энергией.

Помните, что весь мир есть создание Божественных Сил и, значит, достоин уважения.

Андрей Мирзаянц

Убеждения

***

Моё главное убеждение было, что ***мир враждебен ко мне***. Это подтверждалось тем, что всё происходящее вокруг было направлено на причинение мне вреда. Я знал, что Я – центр Вселенной, и вращение всего, всех событий происходит вокруг меня – Главного.

В теле это моё убеждение находилось в переднем канале: солнечном сплетении, под сердцем и в горловом центре, а базировалось оно на качествах обиды, агрессии, страхе, неуравновешенности и ***ощущении полной беспомощности***.

Трансформируя энергии данного убеждения, я направил их на усиление понимания, что мир – магический, есть отражение моего состояния, и единственно верное отношение к миру – сердечное.

***

Другое важное для меня убеждение было, что ***изменений надо избегать и бояться***, поскольку изменения влекут за собой тяжёлый психологический вред, ужас или даже смерть для физического тела.

В теле оно располагалось в переднем канале: нижней части живота, селезёнке, горловом центре. Это убеждение создавало постоянное ощущение нереализованности и неполноценности.

Энергии этого убеждения переведены мной в состояние мужественности, духовности и созидательного строительства в мире.

***

Одно из любимых убеждений моей Личности: ***всё решат за меня и всё произойдёт само собой, от меня ничего не зависит***.

В теле убеждение крепилось от солнечного сплетения к плечам сплошным щитом, а базировалось на качествах безответственности, лени, трусости, мазохизме и неощущении себя Божественным существом.

Энергии убеждения я направил на усиление во мне активности, уверенности в себе и ответственности.

***

«***Бог терпел и нам велел***» – всегда говорила мне моя мама, ставя меня в угол. Именно там я понял, что это убеждение идёт из предыдущих поколений родственников.

В теле оно трезубцем входило в солнечное сплетение, сердце и голову. Это убеждение подпитывали качества эго: неверие в Божественное, нежелание принимать решения, холуйство и плебейство. Но я не хотел быть холуём, поэтому трансформированные энергии направил на усиление Огня Жизни в теле и формирование чёткой цели в жизни.

***

«***Нужно всё делать для себя, стяжать***». Это убеждение наглядно отражает тот социальный эгрегор, к кото-

рому принадлежала моя семья – общество потребителей, социальных проходимцев и эгоистов. Деньги – вот главная ценность, а человеческие отношения и поступки – ничто. Я ощутил, что в моём теле это убеждение крепилось в животе и опиралось на представления: «сам о себе не позаботишься – никто не позаботится», «чем больше – тем лучше…»

В результате этого убеждения обо мне совсем перестали заботиться, а проблем стало больше. И я увидел, что качества: неверие в Божественное, жадность, поиск выгоды, обман и лживость, а как итог всего этого – боязнь Жизни, – мне больше не нужны. Их я перевёл в открытость, заинтересованность и участие в общих делах, доброту, жизнь для других.

***

«***Каждый сверчок – знай свой шесток, или мы люди маленькие, изменить ничего нельзя***». В детстве я был маленького роста и стоял в строю предпоследним, ощущая себя если не сверчком, то уж точно маленьким человеком.

В теле это убеждение крепилось в солнечном сплетении и горловом центре: я всегда боялся говорить то, что думаю, и делать то, что говорю. Мне «помогали» в этом мещанство, холуйство, безразличие, трусость, апатия, обида и потакание вампирам. Когда я вырос и стал выше ростом, то принял решение расстаться со своим комплексом маленького человека, трансформировав негативные энергии в активность, ответственность, открытость на Божественное.

***

Ещё одно моё убеждение, основанное на инцестных связях: «***Мама – самая лучшая женщина для меня***». В теле это убеждение крепилось под сердцем и в коленях, а также захватывало чакру Рода. Оно служило удерживанию внимания в сфере интересов семейного эгрегора. Раньше у меня было такое ощущение, что все женщины (кроме мамы) опасны, лживы и коварны. Поэтому необходимо, чтобы женщина рядом со мной была похожа на маму, которая позаботится, поругает или похвалит.

Трансформированные энергии направились на культивирование истинной любви к женщинам, уважение, адекватность, самостоятельность.

***

«***Ты тупой и никуда не годный***» – часто повторяли мне родственники и сослуживцы. Постепенно я в этом убедился. В теле это убеждение обитало в надпочечниках, животе, коленях, горле и голове. Это убеждение взращивало во мне безволие, неверие в себя, самоуничижение и безответственность. Я трансформировал эти энергии в постоянный приток осознаваний в тело.

***

«***Удовольствия спасают от жизненных проблем и невзгод***». Это убеждение родилось в трудные для Личности времена как желание закрыться от проблем искусственным всплеском «радости». В мире это убеждение называется «желанием забыться» и поддерживается алко-

голем, наркотиками, сексом, хобби и т.д. Поскольку наркотики вредны, я выбирал секс.

В теле это убеждение жило в печени, голове, области вокруг сердца и ступнях, а подпитывалось страхом, апатией, отождествлением себя с Личностью, т.е. безволием, бездействием и самооправданием.

Я трансформировал энергии убеждения в приток силы Осознавания, связь с Божественным и решительность.

***

«***Всё в мире устроено плохо***». Это базировалось на моём главном убеждении, что мир враждебен ко мне. Оно берётся от неведения Божественного, концентрации на негативном. В социуме поддерживается СМИ, общественным мнением, системой образования и другими подобными структурами.

В моём теле энергии этого убеждения ощущались под сердцем, в солнечном сплетении, голове и глазах. Это убеждение было построено на качествах эгоизма: неприятии, важности, самомнении и самоограничении.

Трансформированные энергии этого убеждения помогли мне ощутить Божественное, понять, что мир прекрасен, и изменить его – в моих силах.

Убеждения про детей

***

Я считал себя ***плохим отцом***, а детей – своей ***собственностью***, но при этом совершенно чужеродными существами.

В теле это убеждение ощущалось как тёплая волна снизу от колен до живота в селезёнку и почки, как тяжесть, давящая на плечи, а центр управления находился в голове. Закреплялось это убеждение качествами: инфантилизмом, зависимостью от чужого мнения и безответственностью.

Я трансформировал энергии этого убеждения в благодарность Божественным Силам за бесценный подарок – детей. У меня возникло понимание, что воспитание детей – часть реализации Божественного Предназначения.

***

Раньше я был убеждён, что детей ***нужно шпынять, поучать, продавливать***. В моём теле это убеждение крепилось в районе сердца, животе и горловом центре. Оно подпитывалось инфантилизмом и непониманием, зачем эти существа нужны, безответственностью и раздражительностью. Это убеждение вызывало постоянный дискомфорт и напряжения от того, что от меня вечно что-то требуется.

***

Ещё одно убеждение – ***процесс воспитания детей идёт сам по себе***. В теле оно ощущалось как дискомфорт в солнечном сплетении, животе и спине. Это убеждение было основано на нежелании заниматься детьми и инфантилизме. Я ощущал это убеждение как желание, чтобы внимание, направленное на меня, любимого, не отвлекалось на внешние раздражители, другими словами, была ориентация внутрь себя.

***

«***Дети должны хорошо есть***» – так всегда говорили мне старшие, и я этому верил. В теле это убеждение поднималось от солнечного сплетения вверх, перекрывая сердце и голову. Конечно, я не понимал детей и процессы, происходящие с ними, у меня возникало желание заменить всё это простой заботой об их здоровье.

***

«***Дети всегда должны вести себя правильно***». У меня это убеждение опиралось на агрессию, зависимость от чужого мнения и желание самоутвердиться, казаться хорошим за счёт детей. Я никогда не советовался с детьми, не спрашивал, а хотят ли они то или это, ощущая свою исключительность, а детей – марионетками в своих руках. Но ведь дети – не игрушки и не китайские болванчики, поэтому я попросил Божественные Силы помочь мне трансформировать негативное отношение к детям в искреннюю Любовь к ним.

Ольга Комиссарова

Удовольствие

Удовольствия любят все, или почти все, или ещё точнее – некоторые. Так вот, для тех некоторых и расскажу одну очень удовольственную историю. Представьте себе, что вы заработали (достали, надыбали и т.п.) большое количество денег, которые, естественно, хочется потратить на себя и в своё удовольствие... Для начала вы с удовольствием посмотрели рекламу. Причём удовольствие получили не вы, а рекламная компания, так как от вас в её сторону утекла ваша жизненная сила в форме вашего внимания, а вы только ощутили чужое удовольствие.

Для второго удовольствия вам необходимо уже приложить усилия – пойти и купить: кофе, пиво, кока-колу, пепси и т.п. химические газированные напитки. После покупки вы ощущаете недолгое удовольствие... торговой компании, в которую утекли ваши денежки. Затем вы выпили, например, пиво. Теперь продолжается ощущение удовольствия наркотического эгрегора, который подпитался жизненной силой вашего физического тела. Следующее удовольствие уж точно должно быть для себя... Ан, нет.

Вы захотели, чтобы ваши зубы после удовольствия от кофе, табака оставались здоровыми и белыми (хотите получить удовольствие от своего внешнего вида), и покупаете жвачку дирол-вайт (или т.п.) и жуете... Ваша жизненная сила достаётся «жевательной компании», а ваше тело потихоньку перетекает в состояние жвачного животного. К тому же, тем, кто пользуется отбеливающей зубной па-

стой, напомню, что ещё и разрушается эмаль зубов, так как в этих зубных пастах содержится перекись водорода. Далее ваше удовольственное стремление всё усиливается, так как истинного наслаждения вы ещё не получили.

Теперь вам хочется вкусно, много и разнообразно покушать в своё удовольствие. Ваш зрительный аппетит превосходит возможности и размеры желудка. Тут, к вашему удовольствию препарат «Мезим» – «снимает тяжесть в желудке. И можно трескать дальше...

Ешьте, но помните, что под действием этого препарата мышцы желудка расслабятся, желудок перестанет держать форму и вытянется как мешок. Стенки его со временем утончатся. Ну, а последствия всем известны... Вот результат «удовольствия»: атрофия мышц желудка, опущение, деформация и патология поджелудочной железы и селезёнки.

Причём у некоторых едоков есть главный козырь: вкусное, сытное мясо. Они показывают свою безграмотность и незнание того, что сытость от мяса из-за его гниения в желудке. Они даже не ощущают тот гнилостный запах, который выделяют все клеточки тела... Вот теперь вы на оставшиеся деньги покупаете «леденцы для взаимопонимания» и едите их в своё удовольствие. Только эффект достигается на время таяния конфеты, а процессы-то гниения продолжаются... И тогда... человек стремится повторить удовольственный цикл (см. сначала).

В результате стремления к удовольствию:

- деньги потрачены;

- жизненная сила израсходовалась;

- болезни тела увеличились (или усугубились).

Таким телом уже и денег не заработать, даже на лекарства, которых потребуются больше. Как же в этом случае быть такому человеку, «удавленному» чужой волей?

У него есть шанс изменить ситуацию и посмотреть на суть слов «удовольствие», радость и наслаждение. Тем, кто путает разные понятия, нелегко сразу отказаться от удовольствий, так как именно они формируют привычку кайфовать при утекании энергий от вас и из вас в другую сторону.

Радость, в отличие от удовольствия, тянущего всё к себе, направлена вовне. Ра-дость: «Ра» – солнце, «дость» – достаток, то есть достаток солнечной энергии в человеческом теле. Этот поток радости, усиливаясь с вашей помощью каждый день, расширяет свои «берега», и радости через вас в окружающий мир проходит больше. Начинают исчезать болезни, улучшается самочувствие, а взаимопонимание с людьми и миром увеличивается.

Инна Старшинова

Уныние

Медленно и тягуче тянется время. Мысли в голове шевелятся сонные и неповоротливые. О Великом... О Вечном... О Развитии и Совершенствовании... Моём, т.е. меня. Увы. Всё равно ничего не получается...

От этого возникает ярость, и тут же слёзы наворачиваются на глаза при мысли об упущенных возможностях.

Надо куда-то идти, что-то делать. Выныривать из этого сладостного состояния. Шевелиться не хочется. Гораздо приятнее в который раз просмотреть все ситуации, нерешённым комом нависшие надо мной, и убедиться, что выхода нет.

О, боже! Как же не хочется напрягаться! Но надо что-то делать! Надо выходить из этого состояния!..

Оставь, детка! Тебе ли с твоими «талантами» играть в эти игры? Ты же отлично знаешь, что придётся что-то решать, а это так утомительно...

Встаю, начинаю делать физические упражнения. После второго движения просыпаются уснувшие было мысли и в который раз описывают мне всю безнадёжность моих устремлений.

Погода на улице такая «восхитительная»: то ли туман, то ли дождь моросит, в общем, с бледно-серого неба сыплется какая-то мерзость... Красота!..

Ну и пусть! Пусть всё остаётся, как есть! А и в моих ли силах что-нибудь изменить?

Уныние – это качество личности, в которое я впадаю, когда достижение каких-либо результатов требует от меня, на мой взгляд, слишком больших усилий. Хотя я понимаю, что невозможно реализоваться и заполучить желаемое без этих усилий.

Но я избавилась от этого качества, преобразовав его в просто нечеловеческую работоспособность.

Для этого я поставила цель – не думать о том, что у меня получится, а делать!

Проанализировала свои желания и способы их достижения.

Направила энергию на достижение конкретных задач. Осознала, что энергия уныния сродни нереализованной сексуальной энергии, поэтому важно указать ей нужное направление – и результаты превосходят самые смелые мои ожидания.

Перестала думать о себе не только плохо, но и вообще. Чаще думаю о приятном – о том, как меня любят некоторые люди...

Перестала подпитывать свои неудачи и свою неспособность к успеху собственной уверенностью в их неизбежности. Стала хвалить себя за достижения.

Проявляю оригинальность и изящество для самой себя в повседневных действиях, разрушая сложившийся образ Унылой особы.

Заменила в своём гардеробе траурные одеяния на более яркие и современные.

В моменты тоски, тревоги и отчаяния пою патриотические песни громким открытым голосом. В моменты

лени танцую, особенно танцы бальных и современных стилей, требующие для исполнения хорошей физической подготовки.

Начала обшаться с людьми, используя в общении по отношению к мужчинам – обаяние, к женщинам – дружелюбие. В компании учусь быть в центре внимания, поддерживать любые беседы и заряжать окружающих своей весёлостью. Конечно, про меня могут сказать, что я – со странностями, но зато меня уже никогда не назовут унылой!...

Василий Кудряшов

Уровни бытия

Что происходит с людьми? Отчего они бывают глухи к себе и к тем, кто их окружает? Что разделяет людей, живущих на одной лестничной клетке, работающих в одном учреждении, едущих в одном транспорте? Что мешает им быть друзьями, сотрудничать, просто улыбаться друг другу?

Есть несколько основных факторов, и один из них – уровень бытия. Именно уровень бытия отделяет одних людей от других и, при этом, всецело зависит от самих людей. Человек сам решает, кем ему быть, каким быть: слышать зов своего сердца или прозябать в праздности и душевной глухоте. И отнюдь не материальные блага определяют уровень бытия человека, не его социальное положение (это скорее может быть следствием, но никак не причиной), а степень внутреннего развития, сила его Духа.

Ни один человек не может быть в стороне от Вселенских процессов. Какой бы надуманной поначалу не показалась столь глобальная постановка вопроса – это так! В мире всё взаимосвязано, и любое проявление жизни, любое течение энергий является Вселенским процессом, в котором человек должен выполнять свою задачу. И когда одни люди стремятся к Знанию и Любви, развиваясь, усиливают в мире гармонию, а другие, игнорируя в себе человеческое, относятся равнодушно и неуважительно и к себе (что поразительно!), и к другим, и к миру вообще,

пребывая в состоянии безделья и прострации, потворствуя тем самым энтропии. И это напрямую сопряжено с уровнем бытия каждого человека. Ведь уровень бытия отражает цели и задачи, кои человек преследует и стремится реализовать.

Многие даже не задумываются, зачем они живут. А ведь именно умение задавать вопросы, в том числе, и себе самому: «Кто я? Зачем я?» является очень важным фактором развития человека. И тут несложно догадаться о неразрывной связи уровня бытия со стремлением узнавать что-то новое о себе и о мире. Таким образом, уровень бытия зависит от развития и познания. При чём эти два аспекта должны быть согласованы друг с другом. Человек, достигнув определённого внутреннего развития и остановившийся на этом этапе, не ищущий и не задающий вопросов, не увеличивает своего знания. Он не сможет двигаться дальше. В случае же большого накопления информации, которую человек не реализует через действие, он также остаётся на месте, «зависает» и вскоре, как воздушный шарик, начинает «сдуваться», всё более погружаясь в серую обыденность.

Что же происходит при согласованности знания и действия? У человека появляется понимание – ценнейшее качество, которым он обладает. Оно позволяет видеть причинно-следственные связи, а значит, и корректировать нежелательное состояние. Понимание – это истинная мудрость, приходящая не с механически накапливаемой информацией и не с прожитыми «по паспорту» годами, а в слиянии высокого уровня знания и работы над собой,

ведущей к росту и изменению уровня бытия. В противном случае – ступор. Например, «люди науки»: их высокий уровень познания основывается на отрицании того, что не вписывается в привычную картину мира, поэтому и уровень их бытия низок и, как следствие, отсутствует понимание многих законов этого мира. Придерживаясь лозунга: «Этого не может быть потому, что не может быть никогда!», они удерживают себя на примитивно-скучном уровне своей жизни.

Если человек не является «ходячим трупом», он непременно вовлекается, втекает в процесс развития, в процесс познания (поход за Знанием), являющийся бесконечным. Он спрашивает, узнаёт, познаёт, понимает, совершенствуется и вновь спрашивает. Умение воспринимать ответы, кстати, тоже проявляет уровень бытия человека, уровень его понимания.

Чем меньше человек ожидает конкретных «да» и «нет», тем он понятливее. Но, конечно, не в том смысле, что: «А-а-а!..понял!» и убежал быстренько, через пять минут забыв не только ответ, но и сам вопрос. Важно ощутить энергии, заложенные в ответе, осознать ответ, прочувствовать его сердцем и претворить в жизнь, попутно ища ответы на новые вопросы.

Идя по пути Знания, открывая новое в себе и в мире, человек все больше и больше распахивается на мир, раскрываясь навстречу радости и любви. Тот же, кто не хочет стать лучше, кто противится процессу развития, а значит и повышению своего уровня бытия, начинает погружаться в лень и безразличие. Чем дальше, тем быстрее он косте-

неет, слабеет Духом, мертвеет и живёт в таком же мёртвом мире, где дурно пахнет (и не только в переносном смысле).

Пребывая в состоянии апатии и уныния, такие люди способны лишь предъявлять претензии всем и всему, что их окружает. При этом они, как правило, не задумываются, что, возможно, сами являются причиной того, что с ними происходит. Они считают, что внешние обстоятельства довлеют над ними (и для этих людей это так и есть), что они никому не нужны (а при «мёртвом» образе существования это вполне возможно), они не хотят ничего делать, но хотят всё иметь. То, что начать нужно с себя, то, что внешнее напрямую связано с внутренним и, изменяясь коренным образом изнутри, возможно изменить то, что вокруг, для большинства людей странно, трудно представимо, и они даже не задумываются над этим.

Часто люди думают и говорят: «Дайте мне денег, много денег, дайте другую страну, других родителей, иные условия жизни, ещё одну, другую жизнь, в конце концов! И вот тогда!..» Они божатся и рассчитывают, что тогда всё у них будет хорошо, и они сами будут «хорошие». А сколько слышится жалоб на невозможность самовыразиться из-за недостаточных условий, на то, что «кто-то» или «что-то» зажимает и не даёт творить, что... Но наше окружение – это зеркало нашего внутреннего состояния, в котором отражается то, что мы есть на самом деле.

Наш уровень бытия – это уровень ответственности за свои поступки, свою жизнь и за жизнь во всём её многообразии – это мы сами. Он целиком зависит от нас самих.

Это наш внутренний мир во взаимодействии с внешним миром. И будучи неразрывно связанным с миром взаимным проецированием своих качеств и изменений, человек, лишь изменившись внутри, повысив свой уровень бытия, может рассчитывать на некоторые ощутимые, реальные изменения в своей жизни и вокруг себя.

Попытка же произвести изменения через внешние изменения ведёт к фиаско. Уровень бытия людей, избравших такой путь, остается прежним. Это определяет то, что цепь однообразия не рвётся, и всё те же жизненные события опутывают их своей сетью.

Начав же с себя, и преуспев в работе над собой, мы изменяем наш уровень бытия и образ нашей жизни. Мы начинаем даже по-новому говорить, ходить. Изменяются привычки и наш подход ко многим или даже ко всем делам. И настаёт такой момент, когда человек сознательно становится творцом своей Судьбы и начинает неукоснительно приближаться к такому уровню бытия, когда вся его жизнь является усилителем Любви и Гармонии во Вселенной и на планете Земля.

Дмитрий Королёв

Хамство

Если изо дня в день происходят ситуации, где я вынужден откровенно врать или хамить в достаточно резкой форме. В других же случаях я этого не делаю, хотя имею желание, но … Стоп!

Давайте остановимся и разберёмся, как проявляется моё хамство.

Тем, от кого завишу, я не хамлю, опасаясь последствий. А тем, кто зависит от меня, говорю всё, что угодно... Тщательно проанализировав это, ставлю себе задачу:

1. Впредь не проявлять хамства в разговорах с людьми, какими бы плохими они мне ни казались, потому что таким образом я усиливаю в них разрушительные качества. Я не буду опускаться на их уровень, демонстрируя им человечность.

2. При возникновении ситуаций, которые легко сдёргивают меня на хамство, я должен быть, во-первых, благодарен создавшейся ситуации, а во-вторых, завершить её, проявив вежливость и уважение. Я должен поставить своё поведение под жёсткий контроль.

В результате ситуации стали разрешаться на редкость легко и гармонично. Начало меняться моё отношение к людям в лучшую сторону. Доходит даже до смешного: люди, привыкшие к хамскому обращению с моей стороны, округляют глаза, глядя на меня!

Мария Мирзаянц

Холуйство и хамство

Состояние уважения к окружающему миру это то, что мне необходимо культивировать в первую очередь как основу человеческого. Личную важность сделать важностью для меня мира, окружающих людей, перевести внимание с себя на окружающих и т.п.

Качества холуйства и хамства паразитируют на энергиях уважения. Личность холуя или угодливо стелится, пресмыкается перед кем-то или чем-то или, наоборот, задавливает своим агрессивным хамством тех, кто ниже её личностного достоинства.

Трансформировать холуйство мне помогло, прежде всего, культивирование уважения к себе как к человеческому существу. Холуйство ведь начинается с принижения себя в собственных глазах, со страхов перед окружающим миром или, напротив, маниакального возвеличивания себя до небес. Ни то, ни другое не соответствует реальности, и я начала культивировать смирение как принятие всего, что со мной происходит. Смирение помогло приобрести отрешённость, трезвое видение.

Ещё один важный момент – Личность всегда оценивает себя и других. Оценка отнимает много сил и является своеобразной основой холуйства и хамства. Действует это по простой схеме: объект стоит «ниже» меня – хамить, выше меня – холуйствовать.

В физическом теле энергии холуйства ощущались в районе живота или, точнее, чакры Акитра. При трансфор-

мации я обратилась к Божественным Силам, Силе Любви с просьбой направить трансформированную энергию холуйства на дела «Единения». В этот момент из живота как будто выбило пробку, и энергия из энергетического тела (как будто из-за спины) через физическое тело там, где была пробка, потекла золотистыми ручейками вперёд. При этом во мне несколько раз прозвучало, что я должна привнести в мир чистоту и порядок.

Хамство ощутилось в физическом теле в районе шеи там, где энергетическое тело соединяется с физическим. Я поняла, что хамство перекрывает приток Божественного в физическое тело. Хамство проявлялось у меня прежде всего на близких людях: муже и детях, да и любых других родственниках. Ощущалось, что я подавляю своим хамством окружающих людей. Хамство призвано порабощать людей, делать из них агрессивных дебилов. Помогают отслеживать хамство и не допустить его в окружающий мир чуткость, обратная связь, искренняя забота о людях, нежность и т.п.

Работа с холуйством и хамством помогла мне ощутить мир не как страшное агрессивное существо, так и норовящее меня обидеть, а как заботливого внимательного друга, посылающего мне подсказки и помощь на Пути развития и совершенствования.

Холуйство и хамство в семейном эгрегоре

Моя основная ситуация, связанная с холуйством и хамством – это их проявление в семейном эгрегоре. Структура самого эгрегора принуждает действовать таким образом. Это структура вписана в людей с рождения,

в сами клетки. Эгрегорное хамство и холуйство действует по принципу: с близкими людьми ведёшь себя чуть более грубо, чем со внешними.

В случае с хамством действует схема:

раздражение - злость - хамство - обида - ответное хамство. Выйти из этого порочного круга помогает безупречность, отрешённость и чувство юмора.

Холуйство проявляется как личная привязка друг к другу, как страх потерять. Это потакание негуманоидным качествам в супруге, конформизм. Вместо этого должны быть: бдительность, чёткое различение энергий, в то же время надо предоставить свободу супругу, отпустить. Всё это – грани уважения друг к другу и к самому себе.

Андрей Куршев

Холуйство

Что нас окружает? Какой мир создан? Какие отношения культивируют в нём люди? Оторванность от своих корней, поклонение чужим богам? Система, в которой всё продаётся и всё покупается, в которой человеческая жизнь стала дешёвой разменной монетой? Система, в которой правят деньги и власть? «Человек человеку – волк», «каждый за себя», «дружба – дружбой, а денежки врозь», «кто не украдёт – тот не проживёт» и т.п. убеждения – основа отношений в обществе? В итоге – потеря духовных ориентиров и, как следствие, прогрессирующая духовная нищета...

Чтобы элементарно выжить и не выпасть из общей социальной структуры, человеку с детства необходимо вживаться в предложенные правила игры, подстраивая своё восприятие под нечеловеческие законы «человеческого» социума. И выходит, что единственной целью жизни человека остаётся накопить как можно больше денег и добиться как можно большей власти, заняв нужную ступень в социальной иерархии. Эти свершения окончательно делают его «полноправным» членом общества, а по сути – рабом нечеловеческих сил.

Духовное рабство порождает состояние плебейства, а страх потерять то, что имеешь, надёжно закрепляет человека в рамках материальных потребностей. Здесь и проявляется холуйство. Холуй не способен на уважение и преданность. Культ потребительства заставляют холуя

видеть в каждом человеке потенциального врага, готового лишить его накопленных «ценностей» (денег, места, авторитета и т.п.), т.е. того, что составляет его «личностную целостность», и холуй вынужден защищаться. Авторитетов он ненавидит, но вынужден перед ними рабски угодничать, а на людях, зависящих от него, агрессивно самоутверждается. «Каждый сверчок – знай свой шесток» – вот его жизненное кредо.

Носитель холуйства не в состоянии нести ответственность и, с присущим ему лицемерием, в своих неудачах склонен винить всех и каждого. Нездоровое самомнение толкает холуя на низость и подлость в поведении с окружающими, оправдывая это тем, что для сохранения целостности своего мирка допустимо всё, вплоть до предательства. Хотя здесь говорить о предательстве даже и не совсем уместно, так как вся жизнь холуя, построенная подобным образом, отражает глубокое неверие в Божественное, а значит он изначально предаёт Жизнь, как дар Божественных Сил.

Холуйство в физическом теле человека парализует волю и творческий потенциал. Такой человек не способен созидать. Всё, что он делает, порождает различного рода уродства, ведущие к деградации и разрушению. И это состояние, если его не замечать, передаётся по наследству собственным потомкам, лишая их человеческого будущего, делая из них таких же негуманоидных зомби, как и их неразвивающиеся родители.

Можно ли изменить такое положение вещей? Да, можно!

Начинается изменение с принятия решения измениться, поскольку в старой жизни уже нет ничего созидательного.

Принять, что всё в этом мире является частью Божественного Замысла. В таком случае, любая ситуация, как бы внешне она ни выглядела, несёт в себе урок, указывающий нам путь к изменению и, следовательно, по своей сути позитивна. Вернув себе такой взгляд, надо начать накапливать позитивные эмоции, с благодарностью принимая все жизненные уроки.

Завести дневник изменений, где тщательно анализировать события, отражающиеся в нашем теле дискомфортом. С помощью такой работы всегда возможно определить причину дискомфорта и выработать стратегию и тактику нового поведения, направленного не на подпитку старых состояний, а на увеличение своей Человеческой силы. Избрав подобный путь, можно быстро осознать, что наша жизнь есть отражение наших внутренних устремлений, а значит, мы способны управлять своими жизненными ситуациями.

Это приводит к осознанию ответственности за свою Жизнь и Жизнь всего живого на Земле. Такое осознание делает бессмысленным рабское существование человека и наделяет его видением своего Предназначения как творческого и могущественного существа, способного сохранить и усилить Жизнь на планете Земля.

Татьяна Ерёмина

Холуйство

Это качество свойственно двум категориям людей: одни – слабые, безвольные, не имеющие стержня внутри себя, другие – хитрые, изворотливые, предприимчивые, готовые на всё ради достижения своей цели. И те, и другие – приспособленцы, прилипалы. Состояние холуйства вписано у них в генетический код, они его не замечают, а значит оно для них естественно и привычно. Холуйству созвучны такие негативные состояния-качества как: лицемерие, лесть, подобострастие, потребительство, предательство и хамство. Как правило, одно негативное качество порождает ряд других.

Рассмотрим первую категорию холуев. Это люди, страдающие комплексом неполноценности, слабые, забитые, утратившие уважение к себе. Они хотят получить больше, чем могут отдать. Как правило, подобные товарищи становятся тенью тех людей, кого считают выше себя, умнее, талантливее и т.п. Они не способны быть настоящими друзьями, они могут быть только рабами. Из страха перед сильными людьми они начинают лицемерить, пресмыкаться, заниматься подхалимажем. В них нет человеческого достоинства. Чем больше их пинают, тем больше они пресмыкаются, лишённые уважения к себе и окружающим. Это вампиры, которые стараются подпитаться, погреться в лучах славы других, так как сами ничего из себя не представляют. Им остаётся только льстить и, если что-то не так, как им хочется, они начинают хамить. На

таких людей нельзя положиться, им нельзя доверять, так как они способны на предательство. Их, как правило, терпят возле себя.

Другая же категория холуев – полная противоположность первой. Это чаще всего не глупые, хитрые, изворотливые, поэтому и более опасные. Они будут льстить вам, угождать очень тонко, поэтому их трудно сразу распознать. Это потребители, которые будут прислуживать вам до тех пор, пока им это будет выгодно. Но как только они возьмут от вас то, что им выгодно, они тут же обнаглеют и превратятся в хамов. Это, как правило, завистливые люди. У них нет понятия чести, совести, этики. Холуи не имеют собственного мнения. Они говорят одно, думают другое, а делают третье. Они легко предсказуемы, и легко угадать, когда холуйство переходит в хамство, неуважение.

Этой категории холуев присуще такое качество как воровство. Они воруют идеи, чужие открытия, мысли, им свойственен плагиат…

Мария Мирзаянц

Целеустремлённость

Целеустремлённость… Стрела, летящая в цель. Полёт и возвышенность. Мощь и Сила. Помогает не останавливаться на «препятствиях» и дисгармониях, а быстро разрешить их, как бы «не замечая», т.е. не циклиться на негативном, а видеть позитивное.

Целеустремлённость – большая сила, дающая возможность переключиться с мелких вопросов на более глобальные, мировые. Целеустремлённость раскрывает шире восприятие. Меня прежней, собой как я себя ощущала, больше нет, а есть включённость, точнее вливание, в процесс общей работы. Как вода в реке.

Что мешало: как ни странно (т.е. меня это удивило) – стремление к разрушению. А Целеустремлённость – это стремление к Жизни!

Гортензия Асрян

Целеустремлёность

Целеустремлённость созвучна с движением, с изменением. Целеустремлённость – окрылённость. В природе целеустремлённость – это деревья тянущиеся к солнцу, река стремящаяся к морю, птица, свободно парящая в небе.

В мире людей целеустремлённость имеет место быть лишь в том случае, когда человек знает, что он хочет. Все его силы сконцентрированы и направлены в сторону Цели. Важно, чтобы действия, приближающие человека к Цели, стали его второй натурой, были естественными и жизненно необходимыми, как воздух, солнце, вода.

Главное, чтобы то, к чему человек устремлён, доставляло радость и ощущался приток силы. Человеческое тело без радости умирает и быстро деградирует. Радость нужно учиться находить везде и всюду.

На пути к цели человек может испытывать боль (физическую или психическую), трудности. Но это не значит, что нужно всё бросать. Важно не ставить боль на первое место, подменяя цель. Боль означает, что в теле есть какая-то информация (программа), которой не выгодно отпускать человека и отдавать на волю того нового, к чему человек устремляет свои помыслы и надежды.

Выход:

1. Отдаться полностью, без остатка своей Цели.
2. Договориться со всеми своими частями, что так будет лучше, объяснить какая в этом польза.

3. Показать кто в доме хозяин.

Все и всё в этом мире желает принять участие в творческом процессе творения Жизни, иначе говоря, хочет Жить.

А значит изначально, в каждом человеке есть целеустремлённость к Жизни, к познанию её законов и воплощению этих законов в Реальности, устремлённость воплотить Божественную любовь, красоту, порядок. Задача человека – сделать выбор и проявить своё истовое желание жить, целеустремлённость изменить старые структуры, перестроить их, пропитав силой Любви.

Целеустремлённость подразумевает искренность, чистоту, открытость, лёгкость. Целеустремлённый человек всегда ответит на вопрос: «Зачем ему это надо?» Правда, встречаются случаи, когда человек затрудняется ясно и чётко назвать то, к чему стремится или зачем ему то, к чему он устремлён. Это случается тогда, когда или цель не ясна (человек не знает, что он хочет) или цель подменена, т.е. не является собственным решением и стремящийся - яркий представитель зомби-команды.

Ослабляют целеустремлённость стереотипы, безволие, скука, пассивность, мнение о себе и любые другие эгоистические качества.

Быт оказывает большое значение на человека, поэтому все вещи, предметы интерьера, одежду и прочее необходимо выбирать по созвучию со своей Целью. Не должно быть случайных, бестолковых предметов. Ясность помогает концентрировать силы.

Для развития целеустремлённости нужно:

• определиться, что вы хотите, и следовать зову сердца;

• общаться с людьми, у которых, по-вашему мнению, есть целеустремлённость;

• принимать себя радостно и с благодарностью;

• завести дневник для себя (никому его не показывать), где честно, без прикрас отмечать свои достижения, которые вам необходимо делать для изменения и наработки силы.

Всё в конечном итоге определяется индивидуальной силой сердца и целеустремлённостью!

Сергей Игнатьев

Эгоизм

Благородный господин Эгоизм готов в любую секунду принять в своё царство уставшего от развития и совершенствования индивидуума, произнести тёплую, проникновенную речь об особом пути, о необходимости отдыха, перерыва в развитии. Благородство его проявляется в том, что он чужд грубых, силовых методов воздействия, а действует утончённо, изысканно, с пафосом и выдумкой. Он редко перечит, всегда готов к компромиссу и обязательно подскажет в самый подходящий момент, что да, конечно, лучше сейчас этого не делать, а отложить до лучших времён, набраться силы, а уж потом посмотреть – надо ли что-то делать...

Образ эгоиста не выступает во все стороны отвратительными щупальцами с присосками, нет, он выглядит элегантно одетым господином с тросточкой и мобильным телефоном в руках. Его слова выверены, поступки корректны и, что самое главное, прекрасно аргументированны и укладываются в строгие юридические нормы законов и общепринятой морали. Иногда, правда, его слова расходятся с делами, но с высоты своего благородства он просто не замечает подобных мелочей, отвлекающих и уводящих в сторону.

Служение эгоиста делу благородного вампиризма безупречно, жертвенно и торжественно. И, кладя на алтарь общего дела весь запас своей жизненной силы, он совершенно искренне и честно полагает, что на тот же самый

алтарь он вправе положить и жизни других, причём, не обязательно спрашивая их согласия. Таким образом, происходит насыщение жизненной силой этого алтаря, имеющего разные названия и обличия: государство, мафия, религия; но под любым названием, имеющим одну и ту же суть – взять себе.

Сие благородное занятие по изыманию жизненной силы у зазевавшихся, имеет чётко отлаженный механизм и структуру функционирования со своей иерархией и соответствующим воздаянием за заслуги. И всё бы хорошо было в королевстве эгоистов, если бы не одно «но». Оказывается, что взять становится всё труднее. Более того, есть очень веские и проверенные основания полагать, что может наступить момент, когда изымать станет нечего. Это заставляет даже самых закоренелых эгоистов свернуть с хорошо утоптанной тропы потребления на дорогу размышления, но это уже другая тема...

Микола Шумаев

Энергичность

Энергичность – это умение управлять своими силами. Правильно распределять их и направлять на создание чего-либо.

При этом должно быть хорошее настроение, чтобы преодолеть те преграды, которые до этого момента не мог перешагнуть. Обычно энергичные люди успевают многое сделать в течение светового дня. У них огромный жизненный потенциал. Энергичный человек всегда всё делает качественно, быстро и безупречно, чтобы никто не переделывал его работу, осознанно выстраивает чёткое намерение на выполнение работы. Энергичный человек задаёт темп в работе и в жизни не только себе, но и окружающим его людям.

Энергичные люди легки на подъём. У них нет пут, которые связывают их действия, нет бремени забот и проблем, а есть целеустремлённость и жажда жизни. Этот подъём энергии приходит тогда, когда ощущаешь, что твои действия будут оценены и восприняты с радостью, что окружающие тебя любят (как и ты их), и своими поступками ты делаешь мир красивым.

Вектор энергичности можно направлять в любую сторону, как на созидание, так и на разрушение. Но при этом всегда надо помнить, что разрушая что-либо, ты разрушаешь себя и свой Род. Из этого следует, что надо больше созидать, улучшать Мир, преобразовывая все негумано-

идные энергии. Надо стремиться прекратить все войны, установить мир и построить рай на Земле.

Методы наработки энергичности:

1) Чётко ставить задачи и цели предстоящего дела.

2) Положительно настраиваться на решаемую ситуацию.

3) Выстраивать намерение на достижение цели.

4) Нарабатывать силу воли, выполняя физические упражнения.

5) Ощущать Божественные Силы, которые всегда присутствуют в тебе. Любить себя как часть Божества. А когда в чём-то не уверен, обращаться к Божественным Силам за помощью провести тебя по твоему судьбоносному пути. Энергичный мужчина берёт на себя ответственность за свои поступки и здоровье своей семьи, за мир и гармонию во всём мире.

Мария Попова

Юмор

Юмор – это Божественные искры, которые рассыпаются смехом. Это такой поток, который нельзя разделить на составляющие части, объясняя его суть словами. Это неожиданный поворот, неожиданный ракурс, будь то рассказ, анекдот или какая-то история.

Юмор – это всегда новый взгляд на какие-то вещи, возможно, на обыденные, которые мы порой и не замечаем. А юмористы (и не только они) заражают всех своим задором, своим всплеском эмоций.

Кроме того, Юмор – великий преобразователь негуманоидных энергий. Он действует мгновенно, разряжая обстановку, поднимая настроение и создавая атмосферу радости.

Высшим пилотажем является умение с юмором относиться к себе. Ведь юмор находится внутри нас, надо его только увидеть в себе и выпустить наружу, дать ему волю, – и он заразит окружающий мир.

Давайте же посмеёмся сами над собой! И станем здоровей!

Анна Романова

Я – Эгоистка

Я – Эгоистка. Вам смешно, а Мне нет!

Я эгоистка и Я хочу, чтобы у Меня всё было, всё было хорошо, все меня любили, при этом не хочу ничего делать и постоянно боюсь, что Меня разоблачат, обидят и уберут с тёплого места, и Я получу по справедливости то, чего заслуживаю.

При этом Я считаю, что имею очень большое значение в мире и выполняю великую миссию. Я всё знаю, умею, чувствую и понимаю, ощущаю энергетические и глобальные процессы... Я Самая-Самая!

Меня никто и ничто не интересует, и Я постоянно думаю о том, как сохранить своё хорошо и Себя любимую, и всё делаю для этого. Несмотря на это, Я помогаю окружающим: делом или советом. Я делаю это искренне, так что они Мне верят и Благодарны.

Я никого не слушаю и не слышу. Правда тех, кто рангом выше, Я выслушиваю, так как: 1) это энергия и внимание, Мне хорошо; 2) отказаться – значит обидеть, не понравиться, они могут понять, что Я их ни во что не ставлю. Слушая, Я слышу только то, что соответствует Моим интересам и подтверждает Мои мысли. Большую часть того, что Мне говорят, Я и так знаю, думала про то же самое совсем недавно, или как раз собиралась сделать.

Если уж вы дали Мне совет – трепещите! Если Я всё-таки сделаю, как вы сказали, то обязательно буду перенапрягаться. Если результат получится не таким, как Я

ожидаю – то вы будете виноваты, так как, согласитесь, вы Мне это посоветовали! Скорее всего Я не последую вашему совету, хотя знаю, что совет – ваша сила, которую вы Мне дали для дела.

Принимать решения сама Я не могу – и так и так Я оказываюсь крайней – и делать, и отвечать за сделанное Мне придётся! А Мне надо, чтоб ничего не делать, и всё получить! А таких вариантов в Моей жизни последнее время совсем нет. Но Я умею этот момент обходить: во-первых, Я просто не принимаю решение – и всё получается само собой, Я как бы ни причём, так получилось; во-вторых, Я перекладываю ответственность – нахожу того, кто примет решение, а лучше ещё и сделает всё за Меня – тогда он и крайним будет!

Такое положение вещей Меня устраивает, но если Мне настойчиво указывают, что Я веду себя недостойно Человека, то Я:

1. Чаще всего начинаю страдать. О-о-о! Это Моё любимое состояние! Страдаю Я качественно, тратя на это за небольшое количество времени огромное количество сил. Моё страдание выглядит так: «Я опять всё сделала плохо, Я не имела права так делать, Я опять всех подставила, но Я же не хотела, чтобы так получилось! Я ужасная, Я тварь, Я самая плохая и (в случае, если Я сделала что-то серьёзное) Меня за это надо убить!» Тут Я обычно немного размышляю и начинаю заново. Так может продолжаться неделями, и Мне не надоедает.

2. Я просто не воспринимаю слова о том, что веду себя недостойно.

3. Я оправдываю Себя тем, что, так как Мне надо делать общее дело, Я не имею права тратить силы и время и копаться в собственном г…

Развитие и Совершенствование Я считаю для мира делом очень нужным, а для Себя конкретно – почти невозможным. Ведь Я такая плохая! Но отказаться от видимости Развития Я не могу – это нехорошо!

Если Меня припереть к стенке, то Я пытаюсь выкрутиться, сказать то, что надо, всех перехитрить. Например, Учитель спросил Меня: «Что, замуж хочешь?!» Я попыталась быстро найти ответ, который Понравится! За пару секунд Я об очень многом подумала. Говорить не хочу – нельзя, так как это тогда получается, что Я от мужчины отказываюсь, а это плохо! Сказать хочу – ответ правильный, но тогда ведь выдадут, а Я хочу за принца и по любви, а рядом принцев нет, Я никого не люблю – опять плохо получается! Сказать, что замуж не хочу, а так – хочу – так ведь Я не Такая!!! Честно сказать, что чего-то хочу, а чего – не знаю – для Меня не вариант, тогда все увидят, какая Я никакая! И разговор прекратить нельзя – ведь Я же хочу что-то изменить! Попалась. Всё плохо!

А вопросов много всегда… Результат разговора, естественно, был не таким, как Я хотела!!! И пошла Я опять страдать, и страдала Я долго и бесполезно…

Вообще, быть Эгоисткой в системе Развития и Совершенствования очень трудно. Потому что Эгоизм здесь постоянно вылезает, Его замечают, и начинаются проблемы, или страдания!

Если вы думаете, что Моя статья – шутка, то вы ошибаетесь. Пишу абсолютно серьёзно, описываю Себя и Свои состояния. Мне очень тяжело, ведь Я пытаюсь перестать быть Эгоисткой. Правда!

Я, кстати, очень боюсь, что сейчас написала вещи, которые могут Мне навредить, будучи напечатанными! И если бы не страх, что будет Мне ещё хуже, то не стала бы писать эту статью. А так видите, на какое Самопожертвование Я иду ради вашего Развития! Чтобы вы, прочитав это, что-то осознали! (Это часть Моей великой миссии!)

То, чему Я учусь, у меня практически никогда не работает. То есть работает, когда оно Мне надо, когда Я вдруг искренне хочу что-то изменить (обычно, когда очень сильно припрёт)! А так – никак не работает! Мне ведь хорошо быть Эгоисткой! И плевать Мне тогда на всё остальное. Я, Я и только Я!!!

Ну скажите Мне, какая Я плохая! А ещё лучше, любите Меня такой, какая Я есть! Ведь Я тоже человек. Я так стараюсь, столько всего делаю, так хочу всем помочь!.. И, пожалуйста, тоже будьте Эгоистами – тогда у Нас с вами всё обязательно будет ХО-РО-ШО!

Главное, забыть о том, что Мы искали в этой жизни, и получше спрятаться от происходящего вокруг! Не размышлять, не анализировать, просто не видеть, не чувствовать…

Не бойтесь – всё будет ХО-РО-ШО!..

Для заметок

Энциклопедия состояний и качеств

под редакцией С. В. Барановой

Художественный редактор Т. Н. Дуброва
Технический редактор Г. Г. Асрян
Производственный отдел С. Б. Корнеев